

UNIVERZITA KARLOVA V PRAZE

HUSITSKÁ TEOLOGICKÁ FAKULTA

**Volný čas a zájmy žáků 1. stupně základních škol
se zaměřením na sport**

**Leisure Time and Interests of Pupils at First Grade at Elementary
Schools Specialized in Sports**

Bakalářská práce

Vedoucí práce:

PaedDr. Nataša Mazáčová, Ph.D.

Autor:

Petros Karatidis

Praha 2015

Poděkování

Na tomto místě bych chtěl poděkovat především vedoucí své bakalářské práce, paní PaedDr. Nataša Mazáčová, Ph.D., za pomoc, rady, a podnětné připomínky při vedení mé práce, ale také za její vstřícný přístup. Rovněž bych chtěl velice poděkovat svojí rodině za podporu a důvěru, kterou mě zahrnovali nejen při psaní bakalářské práce, ale po celou dobu mého studia.

Prohlášení

Prohlašuji, že jsem předkládanou bakalářskou práci „Volný čas a zájmy žáků 1. stupně základních škol se zaměřením na sport“ vypracoval samostatně s použitím níže uvedených pramenů a literatury. Dále prohlašuji, že tato práce nebyla využita k získání jiného nebo stejného titulu.

V Praze dne 22.6.2015

Petros Karatidis

Anotace

Bakalářská práce se zabývá tématem Volný čas a zájmy žáků 1. stupně základních škol (tedy 3. a 5. třída) se zaměřením na sport.

Cílem předkládané bakalářské práce je identifikovat různé směry aktivit volného času, jež jsou primárně určeny žákům mladšího školního věku, tedy dětem navštěvujícím 3. a 5. ročník základních škol, se zaměřením na sport, i zařízení pro výchovu dětí ve volném čase.

Teoretická část práce se zaměřuje na vymezení základních pojmů vztahujících se k tématu volného času, na historické souvislosti při vývoji volného času i na samotné volnočasové aktivity s bližším zaměřením na sportovní aktivity.

Praktická část se zaměřuje formou kvantitativního výzkumu na průzkum mapující volný čas a zájmy žáků 1. stupně základních škol se zaměřením na sport.

Annotation

The bachelor thesis deals with the topic of leisure time and interests of pupils at first grade at elementary schools (third and fifth class) specialized in sports.

The aim of the following thesis is to identify the various leisure time activities which are meant for young pupils who attend the third and the fifth class at elementary schools specialized in sports and institutions for children's education.

The theoretical part defines main terms concerning leisure time, historical consequences regarding the leisure time development and leisure time activities as such, more specifically the sports activities.

The practical part represents the survey mapping the leisure time and interests of pupils at first grade at elementary schools specialized in sports.

Klíčová slova

Volný čas, pedagogika volného času, sport, volnočasové aktivity, zájmová činnost, životní styl.

Keywords

Leisure time, leisure time pedagogy, sport, leisure time activities, hobbies, lifestyle

Obsah

OBSAH.....	5
SEZNAM ZKRATEK.....	6
ÚVOD	7
1. VOLNÝ ČAS A PEDAGOGIKA VOLNÉHO ČASU.....	8
1.1. Teoretické vymezení základních pojmů	8
1.2. Funkce volného času.....	12
1.3. Historické souvislosti při vývoji volného času.....	13
2. VLIV RODINY NA VOLNOČASOVÉ AKTIVITY DĚTÍ A ŽIVOTNÍ STYL	18
3. ČINNOSTI DĚTÍ VE VOLNÉM ČASE A VOLNOČASOVÉ AKTIVITY	22
3.1. Sport a pohybová aktivita dětí.....	26
4. INSTITUCE PRO VÝCHOVU VE VOLNÉM ČASE	33
4.1. Sdružování dětí ve volném čase	35
5. PRAKTICKÁ ČÁST.....	37
5.1. Cíl práce, hypotézy, metody	37
5.2. Charakteristika výzkumného vzorku	38
5.3. Výsledky šetření.....	38
5.4. Shrnutí výsledků hypotéz.....	55
5.5. Diskuse výsledků výzkumu.....	56
ZÁVĚR	58
SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY.....	60
PŘÍLOHA Č.1.....	65
SUMMARY	69

Seznam zkratek

Č. – číslo

H 1 – hypotéza 1

H 2 – hypotéza 2

H 3 – hypotéza 3

H4 – hypotéza 4

MŠMT – Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy

Např. – například

PC – počítač

Roč. – ročník

Tab. – tabulka

ZŠ – základní škola

Úvod

„Problematika volného času je výrazným interdisciplinárním tématem.“ (Spousta, 1994: 29).

Volný čas je fenoménem často diskutovaným mnoha odborníky. Vyzdvihován je především význam pohybu ve volném čase a jeho vliv na zdraví. V posledních letech se problematika trávení volného času stala aktuálním tématem napříč různými vědními obory. Zabývá se jím nejen pedagogika či sociologie, ale rovněž ekonomie, medicína nebo psychologie. Postupně vznikají různé výzkumy, které ukazují, jakým směrem naše společnost v oblasti volného času spěje a jak se, z hlediska trávení volného času, vyvíjí.

V předkládané bakalářské práci se tedy nejen z důvodu aktuálnosti tohoto tématu, ale také vzhledem ke studovanému oboru a mému osobnímu zájmu o program dětí ve volném čase, zejména tedy o sport, zabývám nejprve vymezením základních teoretických pojmů k tématu. Teoretická část blíže popisuje historii a historické souvislosti volného času a pedagogiky volného času. Z hlediska volného času a zájmových činností se práce dotýká rovněž vlivu rodiny na volnočasové aktivity dětí a životního stylu celkově, stejně jako funkcemi volného času, jež jsou popisovány dostupnou relevantní literaturou. Práce se dále věnuje deskripci jednotlivých volnočasových aktivit u dětí na 1. stupni základních škol, a v neposlední řadě blíže i sportovním aktivitám žáků prvního stupně, jež budu dále zkoumat ve své praktické části práce. Praktická část se zaměřuje formou kvantitativního výzkumu na průzkum mapující volný čas a zájmy žáků 1. stupně základních škol se zaměřením na sport.

Cílem předkládané bakalářské práce je identifikovat různé směry aktivit volného času, jež jsou primárně určeny dětem mladšího školního věku, tedy dětem navštěvujícím 3. a 5. ročník základních škol, se zaměřením na sport, i zařízení pro výchovu dětí ve volném čase.

Pod pojmem volný čas si každý z nás může představit něco jiného, a proto lze připustit, že zařazení různých činností do oblasti volného času je relativní. V úvahu musíme vzít především kulturní a sociální hodnoty i tradice, povahu každého dítěte i jeho nadání, stejně jako prostředí, ve kterém vyrůstá, životní styl i výchovu rodičů. Jistě bychom našli i mnoho dalších aspektů.

Rovněž lze konstatovat, že různé typy lidí prožívají nejrůznější aktivity odlišným způsobem. Stejně jako může pro jednoho člověka znamenat nějaká sportovní aktivita

ideální relaxaci, načerpání energie a odreagování se od běžných starostí všedního dne, pro jiného člověka může taková aktivita znamenat naopak negativitu - vyčerpání, zátěž až frustraci.

Tento rozdíl si můžeme představit na příkladu dětí navštěvujících první stupeň základní školy, na které se dále zaměřím ve svém výzkumu ve druhé části mojí práce. Sportovně nadaný chlapec se může každý druhý den těšit na návštěvu atletického či fotbalového kroužku, může se těšit na zápasy i tréninky, zatímco pro ne příliš pohyblivé dítě, například dítě s nadváhou, by se v takovém kroužku cítilo právě frustrovaně, nepatřičně, a mohlo by až cítit tlak ze strany rodičů. Takové dítě by raději strávilo svůj odpolední volný čas například psaním slohové práce, kreslením či jinou tvořivou činností. Příkladů bychom mohli nalézt skutečně nepřeberné množství. Pokud se zamyslíme, každý z nás, má ze svého dětství jistě nějakou vlastní pozitivní a negativní zkušenost s trávením volného času, možná i s různými donucovacími prostředky rodičů či prarodičů.

1. Volný čas a pedagogika volného času

V úvodní kapitole se pokusím o deskripci základních pojmů mé práce. Pod pojmem volný čas si každý z nás představí subjektivně něco jiného, objektivně však něco málo stejného. Běžně si pod tímto slovem představujeme odpočinek, zábavu, potěšení, nějakou zájmovou činnost a především činnost dobrovolnou.

1.1. Teoretické vymezení základních pojmů

Teorie by měla podávat celostní obraz společnosti. Průcha (2005) vymezuje teorii jako „*souhrn koncepcí, výroků, hypotéz, formulovaných problémů, skepsí aj., které v systematickém tvaru modelují určitou část reality*“ (Průcha, 2005:424).

V současnosti existují různé definice volného času. Základní definice pojmu volný čas však vychází od moderního „klasika“, francouzského sociologa Joffre Dumazediera. Ten vymezil volný čas jako souhrn činností, kterým se člověk věnuje podle své vlastní libovůle, ať už z důvodu odpočinku, zábavy, nebo z důvodu rozvoje dobrovolné činnosti ve společenském životě a informovanosti. Ve volném čase se dle jeho názoru člověk uvolňuje od svých profesních, rodinných a společenských závazků (Hodaň, Dohnal, 2008).

Níže uvádím několik dalších možných definic.

Volný čas popisuje Průcha ve svém Pedagogickém slovníku (2009) jako čas, se kterým nakládáme podle vlastního uvážení a na základě našich zájmů. Volný čas je tedy doba, která zůstane z 24 hodin běžného dne po odečtení času na věnovaného péči o rodinu a domácnost a péči o vlastní fyzické potřeby včetně spánku.

Volný čas je produktem, jenž se objevuje na určité úrovni rozvoje společnosti, lze jej pokládat za významnou společenskou hodnotu. Ve volném čase člověk svobodně rozhoduje o sobě a svých aktivitách. Takový souhrn aktivit ve volném čase pak tvoří základ našeho životního stylu a sociálních skupin, do kterých patříme, v podstatě tedy i základ celé společnosti (Pedagogická encyklopedie, 2009).

Podobně je volný čas vymezen i publikací MŠMT - Volný čas a prevence u dětí a mládeže (2002) jako čas, v němž jedinec svobodně a na základě svých zájmů, pocitů a nálad volí svoji činnost. Právě děti a dospívající jsou schopni zajímat se o široké spektrum zájmových aktivit. Ve všech dalších životních obdobích už se okruh našich zájmů zužuje a

prohlubuje se určitý druh zájmů a činností. Volný čas dětí a mládeže a jeho naplňování pozitivními aktivitami hraje velmi významnou roli především pro utváření osobnosti mladého člověka a při jeho socializaci.

Sak (2000) považuje za volný čas tu část dne, ve které člověk svobodně a na základě svých zájmů, nálad a pocitů volně svoji činnost. Je to část mimopracovního nebo mimoškolního času, která nám zbývá po zabezpečení individuálních, rodinných, existenčních a biologických potřeb.

Dle Hofbauera (2004) je volný čas jakýmsi dynamickým systémem aktivit a institucí, zároveň také málo ustálenou a zároveň rizikovou oblastí života současného člověka. Volný čas Hofbauer definuje jako čas, kdy člověk nevykonává činnosti pod tlakem závazků, které vyplývají z jeho sociálních rolí. To znamená, že se jedná o čas, jenž nám zbývá po splnění pracovních i nepracovních povinností. Volný čas pojímá přesněji jako činnost, do níž vstupujeme s určitým očekáváním, účastníme se jí na základě svého svobodného rozhodnutí, a která nám přináší uspokojení či příjemné zážitky.

Dále lze uvést definici volného času podle Jiřího Němce (2002: 17): *„Je to čas, v němž člověk svobodně volí a dělá takové činnosti, které mu přinášejí radost, potěšení, zábavu, odpočinek, které obnovují a rozvíjejí jeho tělesné a duševní schopnosti, popř. i tvůrčí schopnosti. Je to čas, v němž je člověk sám sebou, nejvíce patří sám sobě, kdy koná převážně svobodně a dobrovolně činnosti pro sebe, popř. pro druhé, ze svého vnitřního popudu a zájmu.“*

Volný čas je tedy takový, který si můžeme svobodě organizovat, můžeme si své činnosti svobodně vybrat, děláme je dobrovolně a rádi, přinášejí nám pocit uvolnění a uspokojení našich potřeb (Pávková et al., 2008).

Důležitým znakem volného času je, že se jedná o základní činnosti, které „mohu, ale nemusím“ vykonávat. Volný čas je částí dne, týdne nebo roku, kterou hodnotíme většinou velmi kladně. Dnešní současná společnost připisuje volnému času velký význam hned z několika důvodů. Pomáhá lidem obnovit pracovní schopnost, může nás učinit šťastnějšími nebo naopak nespokojenými, může zvýšit naši kvalifikaci, může nás vést ke kulturnímu rozvoji i k obohacení osobnosti. Při pohledu na volný čas dětí můžeme jistě sledovat různé individuální rozdíly. Ve stejné třídě můžeme najít děti s velmi rozsáhlými zájmy ve volném čase a naopak ty žáky, kterým téměř žádný volný čas nezbývá, vzhledem k jejich svědomitosti, k nátlaku rodičů na prospěch či rozsáhlou domácí přípravu na vyučování (Čáp, 1983).

O volném čase pojednává i Hermochová, Vaňková (2014) jako o čase bez aktivních tělesných či fyzických a mentálních aktivit, má relaxační funkci, obecně je pojímán jako „nicnedělání“, tedy čas, kdy jen tak ležíme na gauči nebo sedíme u okna a nic neděláme, nic se neděje. V rámci volného času dochází k pochopení vlastních pocitů a rozluštění toho, proč děláme a cítíme to, co děláme a cítíme, a jak to vše přijmout a změnit. Jde v podstatě schůzku se sebou samým. Možností trávení volného času je nepřehledné množství, např. sportovní kluby, parta kamarádů, zájmová sdružení, zábava s elektronikou apod. Volný čas by ale určitě neměl být pouze ve znamení aktivit a činností, ale měl by vytvářet také podmínky k uspokojení důležitých potřeb (Hermochová, Vaňková, 2014).

Specifikem volného času dětí je to, že z výchovných důvodů je žádoucí jeho pedagogické ovlivňování. Děti potřebují vedení, protože ještě nemají dostatek zkušeností, a proto se nedokážou orientovat ve všech oblastech zájmových činností. Pro chtěný úspěch je však žádoucí, aby vedení bylo nenucené, nenásilné, aby činnosti byly zajímavé a aby účast dětí na aktivitách byla tedy dobrovolná. Míra ovlivňování volného času dětí závisí jednak na jejich věku, dále také na jejich mentalitě a vyspělosti, stejně jako na ovlivnění rodinnou výchovou a životním stylem rodiny (Pávková et al., 2008).

Pojetí volného času a jeho příslušná terminologie prošly od minulého století po současnost vývojem, stejně jako téměř všechny terminologie s vývojem v čase (Hofbauer, 2004).

Na výchovu a vzdělání ve volném čase je pak zaměřena **pedagogika volného času**. Tou rozumíme takovou disciplínu, která se zabývá výchovnými a vzdělávacími prostředky, které napomáhají smysluplnému a autonomnímu využívání volného času nejen dětí, ale i dospívajících a dospělých jedinců. Lze tedy říci, že se jedná o vědu, jež reflektuje volný čas z hlediska osobnostního rozvoje člověka. V mnoha zemích je pedagogika volného času rovněž studijním oborem (Průcha, Walterová, Mareš, 2009).

Pávková (2014) nazírá na pedagogiku volného času jako na jednu z pedagogických disciplín, jež se zabývá výchovou ve volném čase, cíli, podmínkami a prostředky výchovy ve volném čase, pedagogickým ovlivňováním nebo zhodnocováním volného času. Sleduje možnosti rozvoje osobnosti člověka v různých věkových obdobích – dětí, mládeže, dospělých i seniorů ve volném čase. Pedagogiku volného času je v České republice možné studovat na středních odborných školách, vyšších odborných školách i na vysokých školách v bakalářském či magisterském programu. Mezi významné světové představitele pedagogiky volného času patří zejména Němec Opaschowski, Francouz Dumazedier či Polák Wroczynski (Pávková, 2014).

Průcha (2009) uvádí, že předmětem pozornosti se stává také sám volný čas. Pedagogiku volného času lze chápat jako výchovu ve volném čase, skrze volný čas a pro volný čas. Tato disciplína zahrnuje jednak reflexi volného času jako významné oblasti a hodnoty života, s cílem cílevědomého a smysluplného využití volného času, a to především k rozvoji sebe sama, rozvoji druhých i společnosti a přírody. Pedagogika volného času je společenskovědním oborem, pedagogickým oborem, ale i praktickým oborem, jež napomáhá k vytváření postupů, které vedou ke zlepšení podmínek ovlivňující volný čas (Průcha, 2009).

Za hlavní principy současné pedagogiky volného času se považují především: 1. autonomie činnosti, pohled na volný čas jako na prostředek rozvoje osobnosti, upevňování zdraví, dále pak 2. aktivita člověka a rozvoj jeho kreativity, dále 3. orientace na sociální kontakt, společné prožívání volného času s rodinou a přáteli, 4. uvolněnost, spontánnost, otevřenost k novým věcem, 5. zábava, radost a prožitek z aktivity, 6. odreagování a uvolnění (Průcha, Walterová, Mareš, 2009).

Posláním pedagogiky volného času je analyzovat dosavadní vývoj v oblastech výchovy ve volném čase, výchovy prostřednictvím aktivit volného času a výchovy k volnému času. Do těchto oblastí pak vnášet nové podněty, iniciovat a harmonizovat jejich řešení, a děti a mladé lidi uschovat k tomu, aby se za pomoci dospělých (ať už rodičů či učitelů nebo vychovatelů) a poté i samostatně učili vhodné aktivity správně volit a zvládat ve prospěch rozvoje sebe samých, jejich sociálního okolí, ale i společnost či přírody (Hofbauer, 2004).

S pedagogikou volného času souvisí ještě pojem **výchova**, protože i ve volném čase na děti působí při zájmových činnostech ať už rodič, vychovatel nebo pedagog volného času „výchovně“. Ve výchově se odráží vztah osobnosti a určité situace, které jsou dány určitými specifiky interakce ve výchovném procesu. Je tedy třeba hledat vztahy mezi dítětem a sociální skupinu, kde tráví volný čas, mezi vychovatelem a vychovávaným, včetně uvědomění si sám sebe jako subjektu výchovy. Pedagogická situace je souhrnem vnějších a vnitřních podmínek, které na nás působí, každá situace kolem nás je součástí našeho a života a nelze ji izolovat. Výchovu je nutné chápat jako celoživotní proces. Výchova v sobě zahrnuje vztahy s ostatními lidmi a prostředím, které se utváří právě ve volném čase, a to především právě u dětí. Výchova je přípravou na život, na práci, osvojujeme si při ní sociální role, připravujeme se k sebevýchově, jde o aktivitu lidského jedince. Při výchově dochází k harmonickému vývoji osobnosti. Výchova je cílevědomé rozvíjení osobnosti (Čábalová, 2011).

1.2. Funkce volného času

Volný čas plní dle mého názoru především funkci ve vývoji osobnosti každého z nás. Jednak uspokojuje širokou škálu potřeb, jakými jsou například potřeba poznávání či komunikace, slouží nám k poznávání různých druhů činností a oblastí života, což může právě dětem pomoci při pozdějším výběru jejich budoucího povolání. Dále nám dává příležitost k formování dovedností, schopností i mnoha vlastností a vědomostí, a také nás učí volný čas využívat i pro naše další životní období.

Již výše zmíněný sociolog Dumazedier rozlišuje tři základní funkce volného času: odpočinek (*délassement*), rozptýlení (*divertissement*) a rozvoj osobnosti (*développement*). Volný čas slouží jako zotavení, osvobozuje nás od únavy, odstraňuje poruchy vyvolané napětím, povinnostmi i prací. Slouží rovněž jako zábava, kompenzace, únik od monotónnosti práce. Jako rozvoj osobnosti nám umožňuje širokou účast ve společenském životě, poskytuje nám nové možnosti, zapojuje nás do různých sdružení. Umožňuje doplňování citových a rozumových poznatků a rozvíjení našich schopností. Všechny tři uvedené funkce spolu souvisejí, existují střídavě ve všech situacích u všech lidí, i když se často mohou překrývat. (Hodaň, Dohnal, 2008: 56-57).

Pávková (2003: 64) rozlišuje tři základní funkce volného času. Funkci *regenerační* (prostor pro odpočinek a regeneraci), funkci *kompenzační* (vyrovnání jednostranného zatížení) a *všestranný rozvoj osobnosti* - vzdělávací aktivity, filozofické aspekty, sociální kontakty. Z hlavních funkcí volného času je třeba dle Hofbauera (2004) zmínit především odpočinek, tedy čas jakési regenerace, dále zábavu, tedy znovuoživení duševní síly a především pak rozvoj osobnosti, a tím i spoluúčast na vytváření kultury.

Hofbauer (2004) pak shrnuje, že v české literatuře se za funkce volného času považují relaxace, kompenzace, regenerace, výchova a sociální prevence. Ze zahraničních autorů pak Hofbauer (2004) uvádí například německou literaturu, která přidává k funkcím volného času dále komunikaci, rekreaci, další vzdělávání, participaci (tedy účast na vývoji společnosti), integraci i enkulturaci (kulturní rozvoj sebe sama). Z francouzské literatury uvádí několik dalších funkcí – *sociální*, která zahrnuje socializaci v rodině, sdružování a sociální uznání, funkci *terapeutickou*, a to ze zdravotního hlediska, jež zahrnuje smyslový rozvoj a zdravý životní styl, funkci ekonomickou, která docenjuje hospodářský význam volného času pro jednotlivce i společnost, a dále funkci psychosociologickou – tu představuje uvolnění, zábavu či rozvoj.

Kromě nejčastěji zmiňovaných funkcí volného času, jimiž jsou odpočinek, rekreace, vzdělávání a kompenzace pracovní či sociální zátěže uvádí dále Kaplan (1960 in Vážanský, 1995: 110-135) i další funkce – mezi jinými například pocit příslušnosti, prospěšnosti, rozvoj individuality, podněcování tvořivosti a omezení negativních zážitků.

Z výše uvedeného tedy lze shrnout, ač různí autoři popisují a vymezují různé funkce volného času, že za základní funkce volného času lze považovat odpočinek, zábavu a rozvoj naší osobnosti.

Sak (2000) zmiňuje jako funkce volného času ve vztahu k jedinci funkci relaxační, rekreační a rozvojovou. To však nejsou všechny funkce, protože volný čas plní spoustu funkcí ve společenském systému. Volný čas a volnočasové aktivity mají však svá specifika. Volný čas se velmi silně promítá v utváření životního způsobu.

Volný čas má ve vztahu k jedinci především již zmíněné funkce relaxační, rekreační a rozvojovou. Tím se však funkce volného času nevyčerpávají. Volný čas plní také řadu funkcí ke společenskému systému. Ve sféře volného času se objevují společenské inovace, které narážejí na bariéry některých institucí. Jako příklad uvádí Sak (2000) computerizaci společnosti. Nejprve se počítači zabývaly nejmladší věkové skupiny mládeže ve volném čase jako koníčkem, nicméně od této skupiny a od tohoto zájmu se odstartoval proces masového pronikání výpočetní techniky do (nejen) české společnosti (Sak, 2000).

Dle Spousty et al. (1994) však mnozí lidé mohou spojovat volný čas i s nieneděláním, s nevázanostmi s pouhou konzumací. Dle autora (1994) volný čas samozřejmě zahrnuje i oddech nebo zábavu, nemusí se však jednat o přehlídku ztraceného času (jako např. udržování zahrádky) či nějakou vnitřní destrukci (tvrdé tréninky sportovce). Volný čas znamená pro každého z nás třeba něco jiného – je to čas ke svobodné tvorbě, čas k vynalézání, sebevzdělávání, cestování, sportování, kulturnímu vyžití, zkrátka k nevyčerpatelné řadě životních aktivit.

1.3. Historické souvislosti při vývoji volného času

Jak bylo již v úvodu práce zmíněno, rozsah volného času v průběhu historie narůstal. Dnes jsme se dostali do fáze, kdy nadbytek volného času může vést k nárůstu problematického chování, tedy k agresivitě, pasivitě, zdravotním či psychickým problémům, až k sociální izolaci. Na druhou stranu však téměř nelogicky považujeme volný čas v dnešní době za jakýsi luxus, a to navzdory snahám masmédií či cestovních kancelářů i všech provozovatelů zábavy. Kdo si v dnešní době může dovolit zajít do kina,

divadla, zajet na výlet s rodinou nebo se pravidelně alespoň dvakrát v týdnu věnovat svému koníčku, lze o něm říci, že využívá svůj volný čas?

Dle Hodaně a Dohnala (2008) pojem volný čas není pojmem novým, i když se v současné postindustriální společnosti může jevit jako stále narůstající problém. Vývoj vnímání volného času a rovněž názorů na volný čas je zajisté spjatý s vývojem lidstva a s vývojem společnosti. Vývoj volnočasových aktivit jasně odpovídá změnám, ke kterým ve společnosti dochází. V moderní společnosti je celý život člověka ovlivňován a formován tolik, že člověk již netouží po tom, aby byl organizován také jeho individuální život. Z tohoto důvodu lidé preferují, aby volnočasové aktivity korespondovaly s jeho přáními a potřebami. Projevuje se zde tedy tendence k jakési nezávislosti a svobodě rozhodování. Dnešní současná společnost sice má tendence maximalizovat výkony v jakékoliv oblasti života, nutné je však říci, že tyto skutečnosti nejsou natolik zřejmé právě ve volnočasových aktivitách. (Hodaň, Dohnal, 2008).

Pokud nahlédneme do prvopočátků volného času, pak nesmíme opomenout již první souvislé úvahy filozofů ze starověkého Řecka. Podrobnější vymezení volného času nacházíme již u Aristotela, který v něm viděl činnosti spojené s potěšením a vnitřním blahem člověka. Také Platón přemýšlel o volném čase - jako o prostředku k dosažení důležitějších cílů. Dále Aristoteles přemýšlí o volném čase, jenž staví proti námaze a v širším slova smyslu i proti zaměstnání. Zde již můžeme spatřit velmi moderní a pokrokové názory na volný čas.

Na řecké pojetí volného času navazuje také činnost církve, čili křesťanství. Církev naplňovala celý kalendářní rok událostmi a činnostmi, které vedly k pocitům bezpečného a zákonitého dělení času a jeho náplně, nejen pro děti, ale i pro dospělé. Náplní volného času byly běžně církevní svátky, slavné pouti, adventy a máje, neděle. Základním východiskem byla charitativnost a jako pedagogický přístup zde převládala výchova ke zbožnosti, křesťanské pokoře, píli a pracovitosti. V našich poměrech činnost církve reprezentoval jeden z nejznámějších kněží a biskupů Jan Amos Komenský, kde výchova ve volném čase i pedagogická činnost byla zastoupena činností Jednoty bratrské.

Za období celospolečenského vnímání a masového rozvoje volného času považuje nejen francouzský sociolog Dumazedier právě až 19. a 20. století. Jako základní rysy volného času vymezuje: svobodnou volbu, neutilitárnost, poskytování radosti a uspokojování potřeb (Hofbauer, 2004: 11 – 12).

V novodobých dějinách je volný čas spjat se způsobem života obyvatel ve městech a na vesnicích. Právě do novodobé společnosti lze datovat počátky výchovy ve volném čase.

Bohatší vrstvy, jakými byli panovníci, šlechtici, měšťané, vědci či umělci již v 17. století začali budovat tzv. víkendová sídla, kde trávili volný čas mimo svá místa bydliště. Ve městech vznikaly první kavárny, kluby, různé spolky apod. Tato myšlenka je dovedla k místům odpočinku a relaxace. První kluby vznikaly ve Velké Británii v roce 1693.

Dělníci, s rozvojem průmyslu usilovali úspěšně o zkracování pracovní doby. Chtěli získat dostatek času na regeneraci pracovní síly i na rozvoj svých zájmů. Tento vývoj oslabil výraznou časovou převahu pracovní doby nad volným časem.

Významným rysem vývoje volného času se stalo jeho demokratizování, tedy vytváření podmínek pro svobodné rozhodnutí člověka. S pomocí obcí, různých sdružení, veřejných pracovníků, lékařů či pedagogů začaly vznikat a rozvíjet se nové druhy zařízení a činností, které se zasloužily o vznik a fungování dvou hlavních způsobů aktivit, které přetrvaly dodnes. Jde o aktivity a zařízení s původním zaměřením pouze pro dospělé, například tělovýchovné instituce, hřiště, cvičiště a sportoviště. Ta vedla i k založení organizace Sokol v roce 1862. Iniciátory a zakladateli byli Jindřich Fünger a Miroslav Tyrš. Sokol lze považovat za zrod a rozvoj tělesných cvičení, jehož činnost byla velmi intenzivní i na našem území. Sokol se později začal rozvíjet, svůj okruh zájmu rozšířil také o knihovny či společenský život. Dalším druhem zařízení, které vzniklo, jsou sdružení, jež se zaměřovala pouze na děti a mládež. Důležité je zmínit vznik skautského hnutí na počátku 20. století, z iniciativy amerického spisovatele Ernesta Thompsona Setona a anglického generála Roberta Baden-Powella. Tato sdružení (YMCA, YWCA, skaut) se snažila o výchovu mladých lidí k plnohodnotnému životu, a to zejména prostřednictvím kladného přístupu k přírodě a hlavně ke sportu. Rok 1844 je pak významný založením organizace pro péči o ušlechtilé trávení volného času mládeže v Londýně, ve světě je dodnes známá jako YMCA – Křesťanské sdružení mladých lidí. Později, v roce 1884 byla založena obdobná organizace mladých žen – YWCA. Na těchto organizacích je pozorován posun od charitativnosti k jakési modernější koncepci, která odrážela tehdejší anglické liberální ideály. Smyslem byla výchova tolerantního a nesobeckého člověka, člověka s vyvinutým sociálním cítěním a s co nejširším rozhledem (Mirvald, 1996; Pávková et al., 2008; Spousta et al., 1994).

V meziválečném období 20. století pak vznikla dvě uspořádání volného času dětí a mládeže. Na jedné straně rozvoj dosavadních typů sdružení a zařízení v zemích západní

a severní Evropy – domovy mládeže a kultury, ubytovny mládeže, letní tábory a prázdninové kolonie dětí a mládeže, dokonce některé vytvářely i národní a mezinárodní asociace. Na druhé straně byla zařízení a sdružení volného času dětí a mládeže v tehdejším Sovětském svazu. Jejich působením byl přímo spjato s vlivem státu a s jeho ideologií. Hlavní zájem státu v rozvoji průmyslu a zemědělství byl patrný i v oboru volného času dětí a mládeže, protože vznikala úplně nová zařízení, například všestranně pojaté domy pionýrů a mládeže, kde se rozvíjela fyzická zdatnost, tradice lidového umění či turistika. Tyto domy byly pojaty jako odborné stanice mladých techniků, přírodovědců či turistů (Pávková et al., 2008).

Vývoj volného času v letech po válce nezaznamenal dle Pávkové et al. (2008) žádný výrazný rozkvět. Za zmínku však stojí vznik širokých sítí lidových škol umění, známých dnes jako základních uměleckých škol. Růst životních problémů mladé generace byl typický pro 70. a 80. léta 20. století v západoevropských zemích, kdy docházelo k četným rodinným krizím, nárůstu drogové závislosti či nárůstu agresivity a nezaměstnanosti mladých lidí. V této době vznikala alternativní sdružení a hnutí mladých lidí, jako například ekologická či protiválečná.

Franc a Knapík (2013) naopak popisují poválečnou evropskou společnost jako společnost volného času, s tou skutečností, že Československo tento proces zasáhl až s určitým zpožděním. Mimopracovní dobu sice poznamenávaly přirozené existenční starosti, nicméně jedním z charakteristických znaků poválečné společnosti se stala obnova večerního a nočního života. Konala se večerní divadelní a filmová představení, otevřely se i noční podniky. Objem volného času však u mnohých lidí, zejména u členů komunistické strany, snižovala povinná veřejná angažovanost, a to formou účasti na školeních, schůzích a politických shromážděních. Komunistický režim je charakteristický rovněž tím, že preferoval organizované trávení volného času, a proto pro ně musel vytvořit rovněž odpovídající podmínky. Na pracovištích začaly vznikat závodní kluby ROH, v pozdějším období na vesnicích vznikaly kluby JZD. Požadavek kulturního trávení volného času pak naplňovaly návštěvy uměleckých představení, muzeí, galerií a jiných kulturních akcí. Rozšířeným způsobem individuálního trávení volného času se v pozdějším období stal poslech rozhlasu. Všudypřítomný byl požadavek kulturního trávení volného času, a to nejen na dobu odpočinku po práci, ale také na dobu dovolených. Odborová hnutí zajišťovala tuzemské rekreační pobyty, sezónní dovolené měly vyplnit kromě relaxace také formy sebevzdělávání. Komunistický režim projevoval mimořádný zájem o děti a mládež. Tuto věkovou skupinu totiž vnímal jako nejsnáze manipulovatelnou směrem

k prosazovaným systémům hodnot. Při ovlivňování mimoškolní činnosti spolupracovaly školy zejména se Svazem mládeže. Jeho cílem mělo být naplnění veškerého volného času dětí po celý týden, včetně neděl a svátků. Důležitější roli pak začaly plnit nově zřizované školní družiny a řada zájmových kroužků. Ty měly zejména rozvíjet zájem o technickou a uměleckou tvořivost. Od 50. let se pak začal rozvíjet fenomén pionýrských táborů, včetně mezinárodních pionýrských táborů v zahraničí (Franc, Knapík, 2013).

Za zlom ve výchově a vzdělávání ve volném čase se považují 90. léta 20. století se zánikem Sovětského svazu, kdy po novém uspořádání Evropy nabraly na intenzitě mezinárodní kontakty a společné cíle. Jejich východiskem se stává Úmluva o právech dítěte, jež vznikla 20. listopadu 1989 v New Yorku pod OSN. Zařízení pro děti a mládež se vyrovnávala s novými skutečnostmi, a to se vznikem nových oborů, jako ekologie, informatika či mezinárodní aktivity. Objevily se rovněž nové cílové skupiny, především předškolní děti, děti jiných etnik či děti se zdravotním postižením (Pávková et al., 2008).

Lze konstatovat, že uvedené formy trávení volného času přetrvávají i v dnešní době, a to zejména ve formě zájmových kroužků a letních dětských táborů. Různé typy a formy volnočasových aktivit však podrobněji popíši v dalších kapitolách svojí práce.

2. Vliv rodiny na volnočasové aktivity dětí a životní styl

Prostředí, ve kterém děti tráví volný čas, je velmi rozmanité. Některé děti mohou volný čas trávit doma, některé ve škole, v různých společenských organizacích či institucích. Mnoho dětí prožívá své volné chvíle také na veřejných prostranstvích – venku, na ulici, často bez dohledu dospělých. Taková situace je z hlediska výchovy dětí velmi neuspokojivá, protože dochází nejen k ohrožení výchovy, ale také bezpečnosti dětí. Tato situace je alarmující především u menších dětí žijících ve větších městech (Pávková et al., 2008).

Část dětí může mít volného času většinu, ale to, jak děti svůj volný čas tráví, by mělo být primárně záležitostí rodiny. Zřejmé je, že způsob trávení a využívání volného času dětí je ovlivněn sociálním prostředím, přičemž nejsilnější je právě vliv rodiny. Děti mohou své rodiče vidět jako vzory, ať už pozitivní či negativní. Dobrým vzorem jistě nebude rodič, který tráví většinu času v práci, a který se pak i doma až do noci věnuje svým povinnostem, ani matka, která si nemá čas pohrát s dětmi, protože vzorně pečuje o domácnost. Jako špatný příklad samozřejmě působí i takoví rodiče, kteří jsou nezaměstnaní a svůj volný čas tráví nicneděláním (Pávková et al., 2008, Pávková, 2014).

„Dobrá“ rodina či přátelství může poskytnout v dnešní hodnotově nestálé společnosti jakousi jistotu, tedy domov. Čím stabilnější je kultura rodičů, kde dítě vyrůstá, tím méně je pak nutné dítě vlastně vychovávat. Výchova dětí obecně do značné míry závisí na podmínkách, ve kterých děti žijí a na příkladech, které jim okolí poskytuje. Děti se řídí především právě chováním svých rodičů. Lze tedy považovat za základní úkol rodičů přizpůsobit svůj život tak, aby své děti ovlivňovali co nejvíce pozitivním směrem. Základní podmínkou kvality rodinného prostředí z hlediska výchovy dětí je právě způsob života rodina, který ovlivňuje i volný čas. Pro životní způsob rodiny je rozhodující zaměření rodičů na určité hodnoty a cíle, protože to pak také ovlivňuje hodnotovou orientaci dětí a jejich činnosti (Spousta et al., 1994).

Ve společné činnosti dospělého s dítětem spatřuje Čáp (1983) příležitost k tomu, aby dítě poznalo hodnotové zájmové činnosti a aby v dítěti vznikla potřebná kladná motivace. Ve společné činnosti se účinně realizuje osobní působení včetně udržení motivace, i počáteční navádění dospělým k osvojení nezbytných vědomostí a dovedností, ale i zajišťování materiálních a organizačních podmínek (Čáp, 1983).

Součástí životního způsobu rodiny je rodinné prostředí. Rodinu jako výchovné prostředí lze považovat za prvořadého činitele, který předurčuje zdravou osobnost

vyvíjejícího se dítěte. Dítě ovlivňuje velké množství vlivů působících prostřednictvím rodinného života. Rodinné prostředí je tedy takové prostředí, ve kterém dítě žije, a které na ně hospodářsky, hmotně, hygienicky, sociálně, mravně i duchovně působí. Mezi materiální či ekonomické faktory rodinného prostředí lze zařadit finance, individuální spotřebu rodiny a z toho plynoucí výchovné aspekty, problematiku zaměstnanosti rodičů, stejně jako vliv techniky na život rodiny. Psychologické podmínky rodinného prostředí zahrnují především vnitřní stabilitu rodiny, emoce a přirozenou strukturu či hierarchii rodiny. Můžeme sem zařadit rovněž rodičovské postoje při výchově dětí. V kulturní stránce rodinného prostředí se odráží hlavně vzdělání rodičů a jejich hodnoty a tzv. pedagogizace rodinného prostředí. Uvedené orientační rozdělení je jednou z možností, jak lze přistupovat k různým vlivům rodinného prostředí, z něhož vyplývají vzájemné vztahy mezi jednotlivými stránkami rodinného prostředí (Spousta et al., 1994).

Postavení rodiny vůči ostatním činitelům výchovy, které působí na děti ve volném čase, vyplývá, že rodiče jsou zodpovědní za výchovu svých dětí v rodinném prostředí. Rodiče jsou také nejdůležitějšími vychovateli. Ostatní vychovatelé pouze doplňují to, čeho ve výchově dosáhli rodiče. Důležitým předpokladem úspěšné rodinné výchovy je společný životní způsob rodičů a dětí (Spousta et al., 1994). Životní styl (způsob) zahrnuje dle Čeledové, Čevalu (2010: 54) „*formy dobrovolného chování v daných životních situacích, které jsou založené na individuálním výběru z různých možností*“. Životní styl je tedy charakterizován tím, jaké si vybíráme chování a životní možnosti. Životní styl jedince je konzistentním životním způsobem člověka, jehož jednotlivé části si navzájem odpovídají a jsou vzájemně ve vztahu, mají společné jádro. Životní styl skupiny lze chápat jako typické společenské rysy životního způsobu, které jsou shodné pro většinu členů nějaké skupiny, nejčastěji profesní. Životní styl si volíme sami. Vliv životního stylu lze chápat jako determinant zdraví (Čeledová, Čevala, 2010). Průcha, Walterová, Mareš (2009) rozumí životním stylem typické uspořádání činností, jednání lidí, vztahů, hodnot, norem a prostředí ve společnosti, které je integrací životních způsobů jednotlivců. Na převládajícím životním stylu pak závisí například prestiž vzdělání, postoj veřejnosti na vzdělání, stejně tak i na volný čas.

Způsob využívání volného času je právě jedním z nejdůležitějších ukazatelů **životního stylu**. Proto považuji za nezbytné, se v mé práci zmínit i o tématu životního stylu, který je s volným časem provázán. Jak jsem již výše uvedl, i pojem životní styl je složitý a může mít mnoho definic. Pávková et al. (2008: 29) pojímá životní styl jako „*souhrn životních forem, které jedinec aktivně prosazuje*“. Životní styl zahrnuje

hodnotovou orientaci člověka a projevuje se v jeho chování i ve způsobu využívání ovlivňování životních podmínek. Tyto skutečnosti lze posuzovat i z hlediska volného času a hospodaření s ním. Každý člověk má svůj hodnotový systém, jenž se utváří vlivem životních podmínek a také naší aktivitou. Z hlediska volného času pak můžeme rozlišovat lidi podle toho, jakou hodnotu volnému času přisuzují – zda hodnotu materiální či spíše duchovní (Pávková et al., 2008).

Jako příklad lze uvést zaměření některých lidí na nákup drahého zboží, např. sportovního vybavení, značkového oblečení či zajištění luxusních zahraničních dovolených, nežli zaměření na skutečný prožitek a na skutečné využití volného času. Pak můžeme v zimě na sjezdovkách sledovat perfektně vybavené lyžaře, kteří nelyžují, ale spíše se předvádějí či pózují, nebo uštvané rodiny s malými dětmi cestující na exotické dovolené, zatímco dětem by se líbilo spíše na odlehlé chatě v přírodě s prarodiči a domácími zvířaty.

Prvotní roli při posuzování sociálních vlivů ve volném čase hraje i dle Pávkové et al. (2008) právě rodina. První zkušenost s využíváním volného času získáváme právě v rodině. Rodiče jsou pro děti prvními vzory. Děti se od rodičů určitým způsobem učí, napodobují jejich životní styl. Pro formování vztahu k volnému času je důležité, o jaký typ rodiny se jedná, jaký je způsob jejího rodinného soužití, jaký je věk rodičů a dětí, zda jde o rodinu velkou či malou, kolik dětí v rodině je, jaké je jejich pohlaví a jaký je styl výchovy v rodině. Stejně tak hraje roli, jaké jsou zájmy rodičů, jaký význam se těmto zájmům přikládá a zda jsou tolerovány rozdílné zájmy, samozřejmě i jaké finance jsou koníčkům svým i svých dětí rodiče ochotni obětovat (Pávková et al., 2008).

Děti se učí od rodičů chápat volný čas jako určitou hodnotu, hospodařit s ním a naplňovat ho určitými činnostmi. Rodiče především slouží svým dětem jako vzory pro napodobování, dále mají příležitosti trávit s dětmi část volného času společně při zajímavých činnostech. Je jistě prospěšné, aby rodiče věnovali pozornost zájmům svých dětí a podporovali jejich zájmové činnosti. Nejen pro vytváření dobrých rodinných vztahů je důležité společné prožívání volného času. Je však třeba volit aktivity tak, aby se na nich mohli podílet všichni členové rodiny a všichni z nich měli příjemné zážitky. Další možností ze strany rodičů je pak samozřejmě podpora zájmů svých dětí, kdy by rodiče měli svým dětem naslouchat a projevovat opravdový zájem z úspěchů dětské aktivity. (Pávková, 2014).

Aktivity, kterým se děti věnují ve svém volném čase, o nich mnoho vypovídají. Některé děti se raději zajímají o sport, jiné o výtvarné činnosti či umělecké činnosti,

například je baví hra na hudební nástroj či zpěv, jiné zase baví starat se o zvířata, někdo zase jen tak bloumá po ulici a nejeví zájem o žádnou smysluplnější aktivitu. Čas, kdy děti nejsou svázáni povinnostmi či úkoly, je nejpravděpodobnějším časem nejen ke smysluplnému využití jejich volného času, ale rovněž časem, kdy se mohou vydat horším směrem, který může vést až k sociálně patologickým jevům. Zde bych však opět vyzdvihl roli rodičů, kdy mohou děti před těmito vlivy alespoň částečně chránit. Rodiče by se měli zajímat o zájmy a záliby svých dětí, naslouchat jejich přáním, nenutit je k žádným činnostem, které by jim způsobovaly negativní pocity. S dětmi by se měli na volnočasových aktivitách domlouvat, aby je aktivity bavily. Jednou z možností může být na začátku školního roku návštěva zájmového kroužku přímo s dítětem. Kroužků je v dnešní době nabízena pestrá škála, a to ať už organizovaných samotnými základními školami, či jinými centry a organizacemi volného času. Dítě si pak může samo vybrat, jakému zájmu se chce věnovat, a rodiče by měli toto přání respektovat, jelikož dají dítěti najevo souhlas s jeho výběrem. Souhlas rodičů pak přispívá k celkovému příznivému vlivu, který působí na dítě při trávení volného času v zájmovém kroužku.

V oblasti volného času došlo v životě dětí ke změnám, a to především v institucionálním zabezpečení volného času. Kultura i sport se zkomercializovaly. Probíhá informační revoluce s nástupem informačních technologií. Média se stala dominantou. Televize je těžištěm volného času dětí a mládeže. Přední příčky volného času obsazuje poslech hudby, návštěvy restaurací a kaváren, i pouhé nicnedělání. Významné místo zaujímají aktivity spojené s informačními technologiemi, u některých skupin dětí a mládeže je často využíván zejména internet (MŠMT, 2002).

Z výše uvedeného tedy lze konstatovat, že nejen chování člověka, ale rovněž trávení volného času, a to především u dětí, je v souladu s rodinnými zvyklostmi a tradicemi společnosti, je však také limitováno ekonomickou situací rodiny a sociální pozicí rodiny. Způsob využívání volného času je zásadním ukazatelem životního stylu. Cílem výchovy dětí by mělo být mimo jiné i využívání volného času, formulace svých zájmů, a podpora hlubokého a celoživotního zájmu.

3. Činnosti dětí ve volném čase a volnočasové aktivity

„Hra jest radost. Učení při hře jest radostné učení.“ J. Á. Komenský

Vzhledem k zaměření v mé práci, kdy stěžejní úlohu hraje sport a pohybové aktivity vůbec, považuji za nutné stručně nastínit i další zájmové činnosti a jejich rozdělení dle různých autorů. V české literatuře však nelze hledat pouze jednu ucelenou publikaci výlučně věnovanou přehledu všech zájmových aktivit, proto jsem i zde čerpal z různých zdrojů.

Struktura volnočasových aktivit je v různých věkových skupinách dětí odlišná. Závislost aktivit na věku dětí je spojena i s odlišnými faktory, jež způsobují změny struktury činností ve volném čase. Činnosti vytvářené ve volném čase jsou odrazem dosažené úrovně mentálního, psychického a sociálního zrání (Sak, 2000).

Volný čas dětí obsahuje mnoho výchovných možností. Jedná se nejen o odpočinek, zábavu či kompenzaci jednostranných učebních činností, ale rovněž poskytuje příležitost k poznání různých druhů činností a oblastí života společnosti, k formování vědomostí, dovedností, schopností a zájmů, ale například i k upevnění duševního i tělesného zdraví, k rozvoji osobnosti i k rozvoji blízkého okolí (Čáp, 1983).

Již zmiňovaný sociolog Dumazedier člení činnosti převládající ve volném čase do pěti kategorií: činnosti manuální, činnosti fyzické (sportovní, cestovní, turistika), činnosti estetické, činnosti intelektuální a činnosti sociální. Dnes lze považovat za další kategorii i činnosti spotřební (technika, elektronika). Takové rozdělení je považováno za sociologické, existují však i jiné přístupy – filozofický, psychologický, pedagogický, medicínský či ekologický (Hodaň, Dohnal, 2008).

Spousta et al. (1994: 120) uvádí rozdělení pedagogicky významných činností dětí a mládeže ve volném čase, které zahrnují různé aktivity:

1. Technické a manuální (kutilství, zahrádkaření, ruční práce)
2. Fyzické (sport, turistika, trampování, rybaření, cestování, motorismus)
3. Kulturní (návštěvy muzeí, výstav, filmů či divadel, koncertů a tanečních zábav) a kreativní (taneční, pěvecká, výtvarná, hudební, divadelní či literární produkce)
4. Vzdělávací (sebevzdělávání, jazykové a praktické kurzy, mimoškolní vzdělávání)

5. Společenské a občanské (organizace, kluby, i neformální schůzky či oslavy)
6. Hry, diváctví a sběratelství
7. Rekreační, rehabilitační a odpočinkové (cvičení, sauna, masáže, kosmetika)

Uvedené aktivity by souhrnně mohly vést k plné realizaci osobnosti a mezilidských vztahů ve všech složkách rozvoje. Od vztahů člověka k přírodě, k lidem i k sobě samému, od uspokojování zájmů a potřeb přes rozvoj různých aktivit, až po utváření hodnotových orientací, od řešení aktuálních společenských problémů, až po jedinečnou seberealizaci každé osobnosti (Spousta et al., 1994).

Náplň volného času se nejvíce mění s věkem. Zatímco předškolní děti spíše nerozlišují mezi hrou a prací a jejich aktivita je převážně rozdělena spánkem a bděním, ve školním věku již může učení částečně splývat s prací. Děti školou povinné se tedy často těší na víkendy a prázdniny. Rozdíly můžeme spatřovat stejně tak i u dětí vyrůstajících ve městech a na vesnicích, v pohlaví samotného dítěte, ve fyzické kondici a celkovém zdravotním stavu dítěte, v jeho psychické kondici, i v příslušnosti určité společenské vrstvě (Spousta et al., 1994). Uvedená kritéria, a nejen tato, budu zkoumat v empirické části svojí práce.

Pávková et al. (2008: 83-110) se zaměřuje na rozlišení „mimovyučovacích“ aktivit zejména po obsahové stránce. Všechny typy aktivit se dle autorky (2008) prolínají a jsou významné.

Do první oblasti aktivit dětí lze zařadit **činnosti odpočinkové a rekreační**. Je třeba rozlišit činnosti odpočinkové, jež jsou klidné, pohybové i psychicky nenáročné (lze uvést např. spánek), a činnosti rekreační, které mají naopak charakter vydatné pohybové aktivity a jsou obvykle spojeny se zdravím (lze uvést např. tělovýchovné nebo pracovní aktivity). Tyto typy činností pomáhají dětem odstraňovat únavu a zatížení ze školy. Odpočinkové činnosti jsou tedy klidné, rekreační aktivity jsou pohybově náročnější. Odpočinkové činnosti si můžeme prakticky představit jako např. poslech rozhlasu, práci s počítačem, vyprávění vlastních zážitků, prohlížení či čtení knih a časopisů, stolní hry, relaxační cvičení, spánek nebo klid na lůžku, krátké sledování vybraného programu v televizi, či krátké nenáročné vycházky. Rekreační činnosti slouží především k odreagování a vyrovnaní se jednostrannému zatížení především ve škole. Lze je vnímat jako kompenzaci nedostatku pohybu ve škole. Rekreační činnosti se často uskutečňují venku, vzhledem k tomu, že se nejčastěji jedná o pohybové aktivity, ať už pohybové hry či míčové hry. Jde většinou o hry kolektivní. Nutné je hru přizpůsobit věku dětí - upravit pravidla hry.

Pohybové hry mají v převážné většině soutěživý charakter. Z rekreačních her lze uvést jako příklad drobné pohybové hry na hřišti či v přírodě, v místnosti, různé vycházky, činnosti hudebně-pohybové (aerobik, tanec, gymnastika, lidové či společenské tance), sezónní hry (hry na sněhu či ve vodě – koupání, plavání), vyrovnávací cvičení a zdravotní cvičení nebo činnosti spojené s ochranou životního prostředí (péče o zeleň, o vodní zdroje, zahradničení). K rekreačním aktivitám se často využívá areálů zdraví či dětských náradí na hřištích.

Druhou oblast tvoří tzv. **zájmové činnosti**, které jsou součástí výchovy mimo školní vyučování. Zájmové činnosti představují cílevědomé aktivity zaměřené na uspokojování a rozvíjení individuálních potřeb, zájmů a schopností dětí. Mají velký vliv na rozvoj osobnosti a s věkem dítěte se pochopitelně vyvíjí. Děti v mladším školním věku jsou dychtivé po nových činnostech, jsou plni chuti a nadšení, proto lze pozorovat u dětí na 1. stupni základních škol širší záběr různých zájmových činností. Typické pro tento věk však je, že zájmy jsou krátkodobé. V mladším školním věku je nutné předkládat dětem činnosti, kdy se mění jejich obsah i prostředí. Práce v zájmovém kroužku se zásadně liší od vzdělávacího procesu ve škole. Nejde o povinnost jakou je školní docházka, program činnosti vychází ze zájmů, ne ze závazných norem, dále je typická časová volnost a činnosti prováděné v rozmanitých prostorech. Vedoucí zájmového kroužku je v roli instruktora, rádce a zároveň diagnostika či terapeuta.

Mezi zájmové činnosti lze řadit činnosti:

1. společenskovední, jež vedou k poznání aktuálního společenského dění či některých historických souvislostí (oslavy svátků, dodržování tradic, sběratelství, publicistika, náboženství, společenské akce a setkání skupin dětí, sledování aktuálního dění, poznávání významných objektů a děl apod.)
2. činnosti pracovní-technické, jež pomáhají ke zdokonalování manuálních dovedností a obohacují děti o technické poznatky (práce s různými materiály, stavebnice, vaření, dopravní výchova, modelářství, montážní činnosti, konstruktivní práce, elektronika a výpočetní technika)
3. činnosti přírodovědné, které vedou k získávání a prohlubování vědomostí o přírodě a rozvíjejí zájem o pěstitelství a chovatelství (pěstitelství, chovatelství, rybářství, myslivost, spolupráce s institucemi – botanické a zoologické zahrady, muzea, hvězdárny, ochrana životního prostředí, práce v přírodě, pokusy, pozorování živé přírody),

4. činnosti esteticko-výchovné formující estetické vztahy dětí, jde o činnosti zaměřené na rozvoj výtvarného, hudebního, literárního a dramatického projevu (poslech hudby, hra na hudební nástroje, zpěv, četba, dramatické hry, návštěvy kulturních představení, výtvarné umění, různé výtvarné techniky)
5. činnosti tělovýchovného, sportovního a turistického zaměření, jež přispívají k fyzické zdatnosti a pohybové odolnosti (sportovní hry, atletika, akrobacie, gymnastika, drobné pohybové hry, sezónní sporty a zábavy – plavání, lyžování, bruslení, hry ve vodě, na sněhu, pouštění draka; turistika, zdravotní cvičení, kondiční cvičení)

K zájmovým činnostem považuji za důležité zmínit, jaký význam má v našem životě, a to především v životě dětí, tvořivost. **Tvořivost** neboli kreativita je taková činnost člověka, která vede k vytváření nových materiálních či duchovních hodnot. Tyto hodnoty mají nepochybně společenský význam. Výchovu k tvořivosti lze vnímat jako důležitou pedagogickou činnost formující tvořivost. Tvořivé momenty může obsahovat každý druh činnosti. Rozvoji tvořivosti ovšem nestačí ojedinělá a nahodilá pozornost, musí jít o pozornost systematickou a dlouhodobou. Dochází v podstatě ke „kreativizaci“ celého našeho životního stylu, nejen o tvořivé myšlení, ale i o formování procesu tvořivého života (Kohoutek et al., 1996). Lze tedy říci, že u dětí je rozvoj kreativity velmi důležitý, nejen z hlediska rozvoje talentu a pěstovaných dovedností, ale rovněž vzhledem k životním zkušenostem.

Neméně důležitou část tvoří ***sebeobslužné a veřejně prospěšné činnosti***. Ty se zaměřují na vedení dětí k samostatnosti v péči o vlastní osobu i vlastní majetek. Jejich podstatou je pěstování hygienických návyků, návyků kulturního chování i jednání s lidmi. Veřejně prospěšné činnosti jsou součástí volného času, důležitý je zde princip dobrovolnosti. Veřejně prospěšné práce vedou děti k dobrovolné a nezištné práci ve prospěch ostatních. Obsahově sem řadíme především návyky osobní hygieny, kulturu chování, návyky vkusného a účelného oblékání, návyky péče o pořádek a čistotu a celkově chování a jednání ve společnosti.

Poslední část aktivit dětí, ne vždy oblíbenou, tvoří ***příprava na vyučování ve výchově mimo vyučování***. Tím se myslí ty činnosti, které jsou plněny v institucích výchovy mimo vyučování, a které pomáhají dětem – žákům při plnění úkolů uložených školou. Jde o okruh činností spojených s plněním studijních úkolů, opakováním, upevňováním a prohlubováním vědomostí a dovedností získaných ve škole. Příprava na vyučování mimo školu by měla být zajímavá, tak aby děti poznali odlišnost od vyučování.

Do této oblasti řadíme didaktické hry, procvičování učiva, písemné přípravy na vyučování. Zde je prostor pro školní družiny a školní kluby, dětské domovy a domovy mládeže a významná je role vychovatele (Pávková et al., 2008).

Otevřenost a dobrovolná účast v zájmových kroužcích a při zájmových činnostech může způsobovat ale také negativní vlivy. Tyto vlivy mění zásadním způsobem hodnotovou orientaci osobnosti a pozitivní volnočasové působení. Jedná se především o nicnedělání a neangažovanost. Jde o příčinu životní nudy, prázdnoty, ignorování všech možných nabídek volnočasových aktivit. Patří sem rovněž stereotyp a monotónnost, povrchní a spotřebitelský přístup k nabídkám aktivit a institucí. Volnočasová činnost dětí může být totiž pojmána jako pouhé vyplňování času. Volnočasová činnost však musí obsahovat výrazný hodnotový zřetel a sledovat konkrétní individuální cíle každého dítěte (Hofbauer, 2010).

3.1. Sport a pohybová aktivita dětí

Pohyb a tělesná výchova jsou přítomny ve velkém časovém rozpětí naší společnosti. Již v prvobytné pospolnosti, kdy dochází ke vzniku z prvních pracovních pohybů k prazákładům „přirozeného tělocviku“, přes vývoj třídní společnosti, kdy jsou vypracovány celé soustavy tělesné výchovy, až k rozvoji dělby práce, lze konstatovat, že sport a tělesná výchova s dobou nezadržitelně vzrůstá, a to i přes souvislosti s vývojem celé lidské společnosti. Všichni lidé totiž touží po svobodě, zdraví, zdatnosti, síle a kráse (Krátký, 1974).

Ve svojí práci se zaměřuji na volný čas a sportovní aktivity žáků 1. stupně základních škol, zejména pak mezi 3. – 5. třídou, což odpovídá zhruba věku 9 – 12 let. Slepíčka (2006) tento věk popisuje jako dozrávání předchozích vývojových skoků a jako přípravu na období puberty. Věkovou skupinu tedy lze nazvat prepubescence. U dětí v tomto věku narůstá potřeba poznávání nového a kontaktu s vrstevníky. Na významu nabývá důležitost vrstevnické skupiny, schopnost zařadit se do ní a pocit sounáležitosti s jejími členy. Úkolem rodiny v tomto životním období je zajistit dětem pocit citové jistoty a bezpečí. Od autorit se očekává spravedlnost a pravdivost. Rozvoj dovedností je podporovaný celkovým dozráváním koordinace těla a potřebou získávání nových znalostí. Toto období se jeví jako vhodné pro rozvoj obratnosti a pohyblivosti. Pravidelné provádění sportovní činnosti dává dětem radost z pohybu, což je velkou motivací k pravidelnosti.

Postupně je tělo připravováno na zaměření na výkon, který obsahují sporty a hry soutěživého charakteru (Slepička, 2006).

Čeledová, Čevala (2010) popisují **pohyb** jako jeden ze základních projevů existence života, protože lidské tělo se vyvíjelo k pohybu a aktivitě. Pohyb je zajišťovaný činnostmi pohybového aparátu. Tělesná zdatnost neboli fitness je dána složkami vytrvalostními, svalovou silou, koordinací pohybu i pohyblivostí kloubů. V současné době však dochází k výraznému poklesu pohybové aktivity populace, čili k nedostatku pohybu, což je v posledních letech často diskutovaným tématem. Právě nedostatek pohybu se stává charakteristickým rysem současného životního stylu s negativním dopadem na zdraví (Čeledová, Čevala, 2010). Pohyb živé bytosti je základním projevem života lidské populace. Tělo je hlavním prostředkem vnímání sebe sama i interakce s okolím. Pohyb těla nám umožňuje vnímat změny. Vnímání a hodnocení ovlivňuje zásadním způsobem naše chování. Pohybový systém funguje jako celek. Pohyb je nejdůležitějším projevem života, projevem individua vůči okolí. Projev pohybu vypovídá o aktuálním tělesném a duševním stavu člověka (Slepička, 2006).

Pojmy pohyb, sport a hra často vnímáme velmi podobně. Zimmerová (2001) v nich však spatřuje rozdíly, a to z hlediska různých forem projevů lidského jednání, jež však v dětských činnostech často splývají. Pohyb je rozsáhlý pojem z fyzikálního hlediska popisovaný jako změna polohy tělesa vzhledem k prostoru a času. Pohyb je základem lidského života, je médiem vyjádření a zkušenosti současně. Pro hru je typická samoučelnost, nejistota výsledků, přítomnost a otevřenost. Je prožívaná jako zábavná činnost a kterou vykonává z vlastní vůle. I sport je dobrovolnou činností. Sport je pojatý jako pevněji stanovený, pravidly svázanější a uzavřenější pohybové jednání.

Velký sociologický slovník (1996: 1210) nahlíží na **sport** jako na „jakoukoliv pohybovou aktivitu, která má charakter hry a realizuje se v rámci přesně stanovených pravidel a zásad fair play“. Pojem sport pochází ze staroanglického slova „disport“, což znamená bavit se, roznášet a za základ je považován latinský pojem disportare, což znamená bavit se, rozptylovat se. Termín sport původně označoval různé zábavy a šprýmy prováděné pod širým nebem (aktivity jako lov, myslivnost, dostihy, tělesná cvičení a hry, jako závodní běh, plavání, veslování, zápasy nebo sázení všeho druhu). Soudobý sport se vyvinul ze systému tělesné výchovy a teprve volně na sebe nabaloval disciplíny z jiných než evropských kulturních okruhů. Jádrem sportovních disciplín dnes představují olympijské sporty. Sport je charakteristický svým vysokým stupněm organizovanosti, vysokým stupněm formalizace, což se projevuje na jeho zpracovaných pravidlech, dále

vysokým stupněm profesionalizace a rolemi spjatými s provozováním a organizováním sportovních činností (např. role trenéra, rozhodčího, učitele tělesné výchovy, lektora apod.). Sport funguje i jako model pro jiné typy činností (soutěže královen krásy, pěvecké soutěže) a má výrazný hodnotový náboj, který vyúsťuje ve vyhraněný životní styl, tedy zdravý životní styl, o kterém byla řeč již v úvodu práce (Maříková, Petrušek, Vodáková, 1996).

Slepičková (2005) uvádí, že podle Evropské charty sportu je tento pojem vymezen jako různé formy pohybové činnosti, které, prostřednictvím organizované účasti či nikoliv, si kladou za cíl projevení či zdokonalení tělesné a psychické kondice, rozvoj společenských vztahů nebo dosažení výsledků v soutěžích různých typů.

Důležité je zmínit, že pohybová aktivita je realizována v určitém **sociálním prostředí**. V tomto prostředí plníme úkoly a vytváříme si zde vztahy. Při pohybu dochází k rozvoji ohleduplnosti, kooperace, tolerance a zodpovědnosti. To jsou velmi důležité vlastnosti, které si děti při sportovních aktivitách ve volném čase osvojují. Během vykonávání nějaké pohybové činnosti si vytváříme také nové kamarády, máme šanci být uznávaní neb obdivováni, a to nejen rodiči, ale rovněž spolužáky ve třídě nebo vrstevníky. To přispívá ke zvýšení sebedůvěry a sebeúcty, což je dalším důležitým aspektem, jenž si děti při pohybových aktivitách mohou osvojit. Tím vším si zprostředkovaně pěstujeme schopnost vítězit i přijímat porážku, a tak se stávat společensky a profesionálně konkurence schopnějším v kolektivu i ve společnosti (Sekot, 2002).

Pomocí pohybové aktivity je podporována i psychická zdatnost a vytrvalost, rozvoj psychických vlastností, jakými jsou např. odvaha, ctižádost, vůle, soustředěnost či odolnost vůči stresu. Pohybová aktivita je vhodným prostředkem pro navození pocitu pohody. Pohyb zasahuje i do oblasti rozumové, ne však ve významu obecné inteligence. Spíše se jedná o schopnost učit se. Pohybová aktivita vhodně zařazená do volnočasových aktivit dětí by měla vést ke zlepšení pohybových schopností obecně, ale rovněž k udržení zdraví a obecně k dosažení harmonického vztahu mezi tělem a myslí, dle známého přísloví „ve zdravém těle zdravý duch“ (Hodaň, 1998).

Potřebují dnes vůbec děti tělesné prožitky, pohybové aktivity a pohybové hry? Dnes, čili ve světě techniky a elektroniky. Jaké zkušenosti mohou získat při hře a pohybu? Jak ovlivňuje jejich osobnost aktivní či pasivní přístup k životu? Pokud se podíváme na život dnešních dětí a srovnáme jej s životem jejich rodičů, nemůžeme si nevšimnout podstatných rozdílů. Těmi jsou výrazné změny v sociálním a životním prostředí. Děti jsou

ochuzeny o přirozený pohybový prostor a tím i o mnoho aktivit a o tvůrčí vztah k okolí (Zimmerová et al., 2001).

Pohybová aktivita je u dětí prostředkem k zajištění normálního tělesného vývoje a má významný psychoregulační efekt při tlumení mentální zátěže dětí. Stimulace pomocí pohybu je nutná pro optimální vývoj a růst nervového systému, dýchacího ústrojí, působí na správný rozvoj krevního oběhu, zabraňuje vadnému držení těla. Příznivě zvyšuje toleranci stresu a přetížení, plní funkci relaxace. Významný je rovněž vliv tělesné aktivity na emoce člověka i estetizující vliv tělesné aktivity např. tanec. Pohyb je významným prvkem prevence a zdravého vývoje ve všech věkových kategoriích (MŠMT, 2002).

Sport jako náplň volného času lze považovat pouze u začínajících sportovců, tedy právě u mladších dětí. Vrcholoví sportovci využívají svůj volný čas již spíše k regeneraci po namáhavém tréninku. Stejně lze pohlížet i na dobrovolnost sportovní aktivity, která je rozhodující v počátečních fázích. Na vrcholové úrovni se jedná spíše o jakousi zodpovědnost k předvedenému výkonu, možná i jako povinnost.

Diferencování jednotlivých sportovních disciplín je dle mého názoru velmi individuální dle jednotlivých autorů. Sport lze rozdělit z několika hledisek, proto dělení sportovních aktivit je relevantních hned několik. Sport lze dělit na:

- 1) sport rekreační, výkonnostní a vrcholový, respektive na soutěžní a nesoutěžní
- 2) sport divácky vděčný a masově sledovaný a sport vzbuzující pouze zájem odborníků
- 3) sport převážně mužský (fotbal, lední hokej) a ženský (gymnastika, aerobní cvičení)
- 4) sport masově rozšířený a sport, jenž usiluje o přízeň
- 5) sport, který lze pěstovat dlouhodobě (běh) a který nikoli (kulturistika)
- 6) diferenciaci sportu podle vlastního obsahu sportovních činností
 - sporty kolektivní (fotbal, basketbal) a individuální (lyžování, běh, golf, cyklistika)
 - sporty technické a branné
 - sport, kde dochází ke kontaktu se soupeřem (lední hokej, fotbal, florbal)
 - sport dle převažujícího typu zátěže (vytrvalostní, intelektuální, náročné na sílu)
 - sporty zimní (lyžování, lední hokej, krasobruslení) a letní (plavání, atletika)
 - sporty tradiční (fotbal, atletika, lední hokej) a netradiční (judo, skateboarding, žonglování, balanční cvičení)

(Maříková, Petrusek, Vodáková, 1996; Zimmerová et al., 2001).

V souvislosti s pohybovou aktivitou a sportem u dětí ve věkové kategorii mezi devátým a dvanáctým rokem života považují za důležité vysvětlit také pojem **hra**, respektive dětská hra. Formou hry je totiž realizována převážná většina sportovních činností dětí.

Hra je důležitou součástí života, stejně jako učení či práce. Skrývá v sobě významný potenciál k všestrannému rozvoji lidského individua. Hru ve sportovním slova smyslu chápeme jako dynamickou činnost, která aktérům i divákům nabízí pocity napětí, radosti, uvolnění a hluboké uspokojení z vykonávané aktivity. Sportovní hra je soutěživá činnost dvou soupeřů v jednotném prostoru a čase s určitými pravidly. Sportovní hry podporují z fyziologického hlediska rozvoj všech pohybových schopností (rychlost, vytrvalost, obratnost) a přispívají k dobrému zdraví, napomáhají k edukaci člověka a rovněž ke vzniku kladných povahových vlastností člověka. Většina sportovních her podporuje týmovou spolupráci (Růžicka, Růžicková, Šmíd, 2013).

Dobrá hra člověka uspokojuje a může být považována za prostředek k uvolnění či očištění. Hra se může stát za určitých okolností jakýmsi pomocníkem při řešení problémů či vnitřních konfliktů, a to zejména u dětí. Hra jako aktivní opakování a zkouška nezvyklých činností nám pomáhá také zvládnout nové situace, vede k získávání životních zkušeností. Ve hře také projevujeme radost ze života, hra má prý dokonce mnohé společné se smíchem. Hra je tedy svobodné nakládání s časem, a proto je nezbytné její zařazení do volného času v rámci časového plánu dne. Podstatou hry je její dynamika – střídají se pocity napětí a skrytého uvolnění v řešení, což se může několikrát opakovat, často i bez definitivního konce. Hra má rysy dobrodružnosti, momenty překvapení, jde v podstatě o formu chování s jednoduchou strukturou cílů a časovou perspektivou (Neuman, 1998).

Hravost lze považovat za charakteristický rys osobnosti. Pokud bychom pozorovali chování dětí, lze si všimnout takového jevu, že značnou část svého volného času děti věnují hře. Hra je vždy proces aktivní, dynamický a zaměstnává jak duševní tak tělesné schopnosti. Současně je cvičí a rozvíjí. Stejnou úlohu mají i hry v životě dospělých. Každá hra nás udržuje hravými. Fenoménem dnešní doby se však stále častěji stává, že místo toho, aby děti chodily, běhaly, skákaly a hýbaly se, vysedávají hodiny před televizní či počítačovou obrazovkou bez hnutí a bez vlastní myšlenky. Dobrá hra je především zábavná, a i kdyby člověku nepřinášela nic víc než trochu radosti a uvolnění, měla by jistě své oprávnění. Většina her navíc rozvíjí určitou stránku lidské osobnosti, cvičí jistě vlastnosti, dovednosti nebo prohlubuje vědomosti a znalosti. Hry přinášejí dětem vzrušující a radostné chvíle, prožívají při nich napětí boje i chvíle vítězství. Hry znamenají vybočení

z každodenní všednosti, únik z reality a každodennosti. Děti se dostávají do pohádkové říše, kam se malý človíček jako mávnutím kouzelného proutku mění třeba v anděla, vlka, krále či bojovníka. Při hře se děti učí ovládat sami sebe, překonávat překážky a hořkost prohry, stejně jako tlumit v sobě velkou radost z vítězství. Hra „fair play“ vytváří u dětí správnou představu o tom, jak se mají chovat i v životě, soutěžit s ostatními vždy podle určitých stanovených pravidel, nešvindlovat, neobcházet je a dohrát hru až do konce. Týmové hry navíc pěstují v dětech smysl pro kolektiv, obětavost, skromnost, ochotu ke spolupráci. Uvedené morální vlastnosti se však rozvíjejí jen za aktivního působení osoby vychovatele. V rukou zkušeného vychovatele je hra neocenitelným prostředkem. Pod pojmem hra je skryto několik odlišných aktivit a jejich třídění bývá těžko řešitelným problémem. Lze je rozdělit na hry v klubovně (např. deskové hry), hry na hřišti či v tělocvičně, hry tradiční a umělé, hry v přírodě apod. Hry v přírodě mohou zpestřit a obohatit program rekreačních zařízení, léčebných a lázeňských pobytů, výcvikových kurzů, táborů i sportovních soustředění. Děti hry hrají tam, kde tráví svůj volný čas – ať už na ulici před domem, v parku, na louce, ve městě i mezi budovami. V posledních letech však dětské hry hustější dopravní ruch z mnoha ulic vyhání (Zapletal, 1985; 1986; 1987; 1988).

Hraní je tedy, stejně jako pohyb, přirozeným projevem dětí. Od dětství je jejich prací, stává se přípravou do života a může je vhodně připravovat na vstup do světa dospělých. Hra je pro děti potřebou, která přispívá k jejich tělesnému rozvoji a zlepšuje motorické dovednosti. Hra je zábavou, která pomáhá pěstovat vztahy mezi jednotlivci, utvářet kolektiv a začlenit se do skupiny dětí různého věku a jiných schopností. Hraní rozvíjí představivost a fantazii, učí děti vnímání a pohybu, je motivací, která podporuje jejich vývoj (Cílková, Hřebíková, 2005).

Děti je třeba k různým volnočasovým aktivitám nějak motivovat, i když možná pouze zpočátku, než si v určité aktivitě vytvoří oblibu sami. Motivace, a to nejen ke sportu, je souhrnem vnitřních a vnějších faktorů, které aktivují lidské jednání a prožívání, a toto jednání a prožívání pak zaměřují určitým směrem, řídí jeho průběh a dosahování výsledků. Také ovlivňují způsob reagování člověka na jeho jednání a prožívání i vztahy s okolním světem a s ostatními lidmi. Účast dětí na sportovních aktivitách je ovlivňována dostupností příležitostí, podporou rodiny, jak již bylo zmiňováno, podporou a zájmem kamarádů, vůdců a vzorů, nejbližší komunitou i vnímavostí samotného potenciálního účastníka sportovních aktivit. Orientace na sportovní činnost u dětí je posilována pocitem jejího

specifického významu v prostředí soutěživého ducha moderní společnosti, a lze ji častěji a významněji vnímat u hochů než u dívek (Průcha, 2009; Sekot, 2003).

4. Instituce pro výchovu ve volném čase

Volnočasová zařízení pomáhají vytvářet, strukturovat a stabilizovat společenský a přírodní volnočasový prostor dětí a mládeže. Volný čas dětí je těmito zařízeními účelně organizován a výchovně zhodnocován. Výchovné a vzdělávací aktivity směřují k rozvoji různých stránek jejich osobnosti jednak jako jedinců, jednak jako příslušníků určitých věkových a zájmových skupin (Hofbauer, 2010).

MŠMT (2002) uvádí, že kromě institucí s volnočasovou náplní mohou děti trávit volný čas také mimo rodinu a školu individuálně. Mezi volnočasové instituce řadí občanská sdružení dětí a mládeže, tělovýchovné spolky, školní družiny a školní kluby, střediska pro volný čas (např. Domy dětí a mládeže nebo Stanice zájmových činností), a také komerční organizace (např. sportovní a kulturní organizace). Uvedené instituce doplňují působení rodiny, školy a dalších subjektů. V této oblasti je nutná angažovanost veřejné správy a provázanost vlivu jednotlivých regionů, měst a obcí se státem.

V souvislosti s rozvojem volného času a jeho výchovného zhodnocování se rozšířily různé typy zařízení, jež zaujaly ve volnočasovém životě a výchově dětí významné postavení. Můžeme je rozlišovat dle různých hledisek, a to dle ideového a výchovného zaměření (např. náboženská orientace), podle šíře a obsahu výchovného působení – ať už všestranně působící (např. domy dětí) nebo specializované (např. sportovní zařízení, domy umělecké výchovy), anebo podle svého dosahu a s tím související složitosti uspořádání (např. hřiště versus rozsáhlá volnočasová centra). V současnosti se funkce volnočasových zařízení značně diferencují a vznikají i nové typy zařízení. Novodobým znakem je sjednocení, zájmovost, rozvoj osobnosti a rozvoj výchovy (Hofbauer, 2010).

Výchova ve volném čase probíhá nejčastěji v rámci určité instituce. Typ organizace do určité míry předurčuje cíle působení, možnosti spolupráce s dalšími odborníky, dobu i místo setkávání s dětmi. Instituce zajišťující možnosti provozování organizovaných volnočasových aktivit popisují různí autoři (Pávková et al., 2008).

Školní družiny a školní kluby jsou zřizovány pro žáky navštěvující základní školy (školní družiny navštěvují 1. - 5. ročníky, školní kluby navštěvují 6. - 9. ročníky). Družiny a kluby mají předpoklady k pravidelnému a pedagogickému ovlivňování volného času dětí, vychovatelé jsou s žáky v každodenním styku. Ve školní družině se mohou děti volně pohybově projevit a dělat činnosti jim sympatické (např. hry s míčem, běh po zahradě,

pohybové hry, hry na hřišti, prolézačky aj.). Zároveň jsou i pod pedagogickým dohledem a jejich činnost může pedagog organizovat.

Školní družina je školské zařízení výchovy mimo vyučování. Nejedná se o pokračování školního vyučování a nejedná se o pouhé „hlídání dětí“. Pedagogická práce ve školní družině dětem zajišťuje odpočinek, rekreaci a zároveň zajímavé využití volného času. Činnost ve školní družině by měla rozvíjet dítě v dovednostech důležitých pro život ve společnosti. Děti se učí žít s ostatními a spolupracovat. Družina pomáhá posilovat osobnost každého jedince, dosáhnout úspěchu, pomoci každému najít se. Role družiny spočívá rovněž v prevenci sociálně patologických jevů. Velkou roli hraje vhodná motivace, ctízádnost, radost z určité aktivity, povzbuzování a zvědavost. Aktivity v družině by měly děti bavit a těšit

Školní kluby zajišťují péči především těm dětem, které mají zaměstnané rodiče. Zaměstnanci těchto zařízení na děti pravidelně pedagogicky působí a starají se o jejich bezpečí., umožňují dětem provozovat řadu činností – odpočinkových, rekreačních, zájmových, sebeobslužných, ale také činnosti veřejně prospěšné či přípravu žáků na vyučování. Pro realizaci pohybových aktivit jsou většinou k dispozici školní hřiště, školní dvůr či tělocvična. Docházka do těchto zařízení je dobrovolná. Současné pojetí práce v družině či školním klubu zdůrazňuje požadavek individuálního přístupu, respektování osobních zvláštností každého dítěte v oblasti potřeb, zájmů a schopností. Významné je respektování věkového hlediska v práci obou výchovných zařízení. Věkové charakteristiky žáků 1. a 2. stupně základní školy jsou totiž velmi odlišné (Balková, 2006; Pávková et al., 2008).

Další institucí pro výchovu dětí ve volném čase jsou ***Střediska pro volný čas dětí a mládeže***. Sem patří domy dětí a mládeže a stanice zájmových činností. Střediska pro volný čas dětí a mládeže jsou zařazovány do sítě škol a školských zařízení. Jejich úkolem je plnit výchovně vzdělávací a rekreační funkci prostřednictvím vlastních zájmů dětí. Tato zařízení nabízejí dětem, dle Vyhlášky MŠMT ČR z roku 1992 č. 432/1992 Sb., o střediscích pro volný čas dětí a mládeže, pravidelnou zájmovou činnost, příležitostnou zájmovou činnost, nabídku spontánních aktivit, garanci a organizaci soutěží, práci s talentovanou mládeží i prázdninovou táborovou činností.

Pravidelná zájmová činnost je organizovaná především v kroužcích, souborech, klubech, oddílech a kurzech. Kroužek je menším zájmovým útvar, kdy jeho činnost směřuje k obohacení jejich členů. Jako příklad lze uvést modelářský kroužek, keramický kroužek či rybářský kroužek. Soubor je takový zájmový útvar, jehož činnost směřuje

k nějaké veřejné produkci či prezentaci výsledků činnosti. Příkladem souboru může být tradiční pěvecký či taneční nebo divadelní soubor. Klub je pak takový zájmový útvar, který je volněji organizován – příklad je filmový klub. Střediska pro volný čas dětí a mládeže organizují také prázdninovou táborovou činnost. Jde o organizovanou činnost realizovanou v době jarních, letních i vánočních prázdninách (Pávková et al., 2008).

4.1. Sdružování dětí ve volném čase

Volný čas dětí vyplňují také aktivity různých sdružení, která si podle svého zaměření kladou různé cíle – ať už s rekreačním, výchovným či vzdělávacím zaměřením.

Mezi tyto subjekty pracujícími s dětmi ve volném čase lze uvést např. tradiční Junák. V současné době skautské organizace působí ve více než 200 státech světa a sdružují bezmála 40 milionů skautů a skautek. Principem skautingu je družinový systém, kdy dochází k výchovnému působení v malé skupině dětí o velikosti cca 5 – 10 členů, vedení je zajištěno dospívajícím skautem, kdy věk vedoucího a samotných skautů v družině není příliš rozdílný. Je zde tedy využíváno pozitivních vzorů věkově blízkých vedoucích a celé vrstevnické skupiny.

Dále můžeme zařadit Českou tábornickou unii, sdružení Duha, křesťansky organizované historicky významné nevýdělečné sdružení YMCA, ale i tělovýchovné a sportovní organizace, jako například Sokol či Český svaz tělesné výchovy. Tyto instituce umožňují dětem vykonávat pohybovou aktivitu v různorodých prostorách a v různé míře. Mohou ji vykonávat nejen ve školních i mimoškolních tělocvičnách, sportovištích, posilovnách, ale velkou měrou také na hřištích či v přírodě.

I v dnešní době fungují také církevní a náboženské organizace. Zaměřují se nejen na děti z věřících rodin, jako např. náboženské společenství řádu salesiánů Dona Boska, ale také organizují činnosti se silným sociálním rozměrem určené dětem z rizikových skupin, tedy např. pro romské děti.

O vyplnění volného času pečují kromě školních družin a klubů také rozšířené základní umělecké školy, dříve známější jako lidové školy umění. Jde o školské zařízení, účast na aktivitách je zde však dobrovolná. Zřizovány jsou především hudební, taneční, literárně-dramatické či výtvarné obory.

K získávání vědomostí ve volném čase mohou děti využívat dále jazykové školy zaměřené na výuku cizích jazyků (Pávková et al., 2008).

Popisem činností těchto dalších subjektů, které pracují s dětmi a mládeží, jsem se snažil dokreslit celkový stručný přehled mimovyučovacích institucí, které pracují s dětmi ve volném čase.

5. Praktická část

K realizaci praktické části svého výzkumu jsem zvolil kvantitativní výzkumnou strategii. Kvantitativní výzkum probíhá dle Hendla (2005) spíše strukturovaně a používá deduktivní přístupy. Kvantitativní výzkum je koncentrován na popis variability předem definovaných proměnných, jež vymezují, co bude výzkumník pozorovat a zachycovat. Cílem kvantitativního výzkumu je pak testování hypotéz a teorií.

5.1. Cíl práce, hypotézy, metody

V praktické části své bakalářské práce jsem se tedy zaměřil na využívání volného času žáků mladšího školního věku. Položil jsem si výzkumné otázky: Jaké jsou priority žáků ve volném čase? Věnují čas sportování, nebo upřednostňují trávení volného času u počítače? Cílem praktické části bylo zmapovat volnočasové aktivity žáků 1.stupně základních škol v okrese Jeseník s bližším zaměřením na sportovní aktivity.

Hypotézy

Stanovil jsem si celkem čtyři hypotézy související s tématem méjí bakalářské práce.

H 1 – „Žáci tráví během týdne více času na PC a internetu, než jinými činnostmi.“

H 2 – „U výběru kroužků bude převládat vlastní zájem žáků.“

H 3 – „Většina žáků z cílové skupiny sportuje méně než 3x týdně.“

H 4 – „Nejoblíbenějším sportem chlapců je fotbal.“

Metody výzkumu

K ověření svých hypotéz jsem zvolil nestandardizovaný dotazník vlastní konstrukce (viz. Příloha č. 1), ve kterém jsem se zaměřil na volnočasové aktivity žáků mladšího školního věku.

V úvodu mého dotazníku je označena cílová skupina, kterou tímto dotazníkem chci oslovit, a je zde stručně uveden cíl mého šetření. Dotazník se skládá ze dvou částí.

První část – blok A zjišťuje obecně zájmy žáků mladšího školního věku, druhá část – blok B je zaměřen na sportovní aktivity cílové skupiny žáků.

Otázky mají za úkol zjistit, jestli oslovení žáci navštěvují zájmové kroužky, jakým dávají přednost, co, nebo kdo, je ovlivnil při jejich výběru, a kolik času v těchto zájmových kroužcích tráví. Ve druhé části se zaměřuji ve svých otázkách na sportovní aktivity, které žáci mají v největší oblibě, a zda tráví více času sportováním, nebo trávením u PC nebo jiné elektroniky.

5.2. Charakteristika výzkumného vzorku

Za cílovou skupinu jsem zvolil žáky 3. a 5. ročníku základních škol, a to ze ZŠ v Jeseníku a ze ZŠ v České Vsi, obcí, nacházejících se 3 km od Jeseníku. Tuto lokalitu jsem zvolil z důvodu místa svého trvalého bydliště. Dotazováni byli žáci ze ZŠ Průchodní v Jeseníku – 51 žáků z toho 19 chlapců a 33 dívek a ze ZŠ Česká Ves – 53 žáků z toho 26 chlapců a 27 dívek.

5.3. Výsledky šetření

Žáci vyplňovali dotazník anonymně, v úvodu vyznačili pouze to, zda se jedná o dívku nebo chlapce. První část, označená jako blok A, obsahovala otázky na všeobecné využívání volného času, kde žáci odpovídali na otázky, zda navštěvují nějaký kroužek, jak tráví volný čas obecně, jak doma, co by chtěli ve svém volném čase dělat apod. Jedna otázka byla zaměřená přímo na volný čas trávený u elektroniky, tedy u počítačů, tabletů a mobilů, což lze v dnešní době považovat za velmi oblíbený způsob trávení volného času u dětí.

Druhá část mého dotazníku, označená jako blok B, byla potom zaměřena přímo na sportovní aktivity žáků. V této části odpovídali pouze ti žáci, kteří v první otázce, zda sportují, odpověděli kladně. Další otázky zjišťovaly druhy sportovních aktivit, četnost, zda žák/žákyně sportuje pouze rekreačně nebo se účastní aktivně organizovaných sportovních soutěží. Zjišťoval jsem, kdo je ke sportu přivedl, zda mají sportovní vzory také v rodině, a zajímal mě i názor žáků na možnosti sportovního vyžití v místě jejich bydliště. Vzhledem k poměrně širokému tématu šetření bylo potřeba otázky formulovat částečně jako otevřené.

Otázka č. 1: Navštěvuješ nějaký kroužek?

Při vyhodnocení této otázky jsem ji rozdělil na několik částí, protože v případě kladné odpovědi následovaly 3 doplňující informace o druhu kroužku, četnosti v týdnu a zařízení, v němž kroužek probíhá.

Tab. č. 1 (vlastní konstrukce, 2015)

	ZŠ Jeseník				ZŠ Česká Ves			
	3.roč.		5.roč.		3.roč.		5.roč.	
	chlapci	dívky	chlapci	dívky	chlapci	dívky	chlapci	dívky
Ano	11	17	9	16	11	14	15	13
Ne	0	0	3	1	0	0	0	0

Jak je patrné z tabulky, navštěvují zájmové kroužky téměř všichni z dotázaných. Pouze čtyři z nich odpověděli záporně.

Kroužky, které žáci uváděli, jsem rozdělil pro přehlednost do několika skupin:

- Sportovní – (fotbal, atletika, gymnastika, pohybové hry, lyžování, cyklistika, tenis, plavání, basketbal)
- Umělecké – (hudební, výtvarný, dramatický, keramický nebo pěvecký kroužek)
- Naučné – (astronomický, chovatelský, náboženský kroužek)
- Taneční – (mažoretky, taneční studio, roztleskávačky, balet)
- Ostatní – (šachy, rybářství)

Následující tabulka uvádí přehled těchto skupin kroužků, tak jak je žáci zaznamenali v dotaznících spolu s četností jejich výskytu v odpovědích. Lze z ní vyčíst řadu informací, např. to, že dívky navštěvují kroužky více než chlapci, nebo skutečnost, že nejčetněji je zastoupena skupina uměleckých kroužků (hudební, výtvarný, dramatický, apod.), k nimž lze přiřadit i kroužky taneční, které jsem ale zařadil do zvláštní skupiny. Taneční kroužky jsou také, jak je patrné z tabulky výhradně dívčí zálibou. Na druhém místě jsou kroužky sportovní. Naučné a ostatní jsou dle výsledků spíše na okraji zájmu dnešních žáků mladšího školního věku.

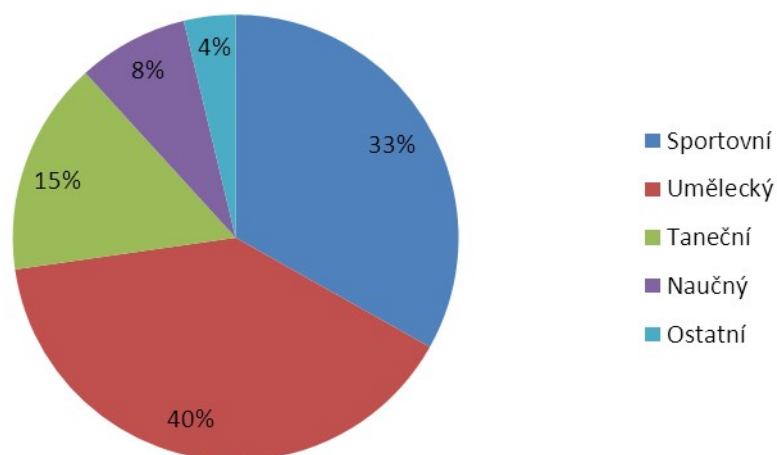
Tab. č. 2 (vlastní konstrukce, 2015)

	ZŠ Jeseník				ZŠ Česká Ves				
	3.roč.		5.roč.		3.roč.		5.roč.		
druh kroužku	chlapci	dívky	chlapci	dívky	chlapci	dívky	chlapci	dívky	
Sportovní	7	7	8	4	10	7	13	6	62
Umělecký	5	9	2	15	6	8	7	22	74
Taneční	0	8	0	8	0	7	0	6	29
Naučný	0	4	1	0	3	3	4	0	15
Ostatní	3	0	3	0	0	0	1	0	7
Celkem	15	28	14	27	19	25	25	34	

Procentuální zastoupení jednotlivých skupin kroužků znázorňuje následující graf:

Graf č. 1 (vlastní konstrukce, 2015)

Skupiny zájmových kroužků



Další podotázkou jsem zjišťoval četnost návštěvy kroužků během týdne.

Tab. č. 3 (vlastní konstrukce, 2015)

	ZŠ Jeseník				ZŠ Česká Ves			
	3.roč.		5.roč.		3.roč.		5.roč.	
	chlapci	dívky	chlapci	dívky	chlapci	dívky	chlapci	dívky
1x	7	10	4	5	3	3	4	4
2x	3	4	2	3	3	2	7	4
3x	1	2	1	4	2	3	3	4
4x	0	0	1	1	2	3	1	2
5x	0	1	1	3	1	0	1	0
6x	0	0	0	0	0	1	0	0

Pohled do této tabulky nám naznačuje, kolik volného času jsou žáci ochotni věnovat organizované zábavě v zájmových kroužcích. Z odpovědí žáků nebylo vždy zřejmé, zda se jedná o stejný kroužek, který se koná vícekrát za týden, nebo jde o několik různých kroužků, probíhajících například 1x za týden. Další tabulka mapuje instituce, které žákům zájmové kroužky nabízejí.

Tab. č. 4 (vlastní konstrukce, 2015)

	ZŠ Jeseník				ZŠ Česká Ves			
	3.roč.		5.roč.		3.roč.		5.roč.	
	chlapci	dívky	chlapci	dívky	chlapci	dívky	chlapci	dívky
ZUŠ	4	8	1	7	4	4	3	12
ZŠ	5	2	2	6	4	7	2	8
SDH	0	0	0	0	1	1	1	0
horolezecký svaz	1	0	0	0	0	0	0	0
DDM	1	1	2	0	0	0	3	1
taneční studio	0	4	0	2	0	0	0	0
SVČ Duha	0	3	3	4	0	0	0	0
fotbal hřiště	0	0	2	0	0	0	3	0
TJ	0	0	0	0	0	0	6	1

Z přehledu vyplývá, že největší zastoupení mají ZUŠ a základní škola. ZUŠ je vyhledávaná pro kroužky zaměřené na kreativitu žáků, především s hudebním a výtvarným

zaměřením, a jejich obliba u žáků sledované skupiny je zřejmá již z výše uvedeného grafu. Kroužky organizované při základní škole jsou výhodné, a proto také i oblíbené z důvodu finančního, bývají totiž pro žáky bezplatné, což v dané lokalitě, v oblasti s vysokou nezaměstnaností obyvatel může hrát nezanedbatelnou roli. Středisko volného času Duha, které se nachází v Jeseníku, je využíváno v námi sledované skupině pouze žáky z města.

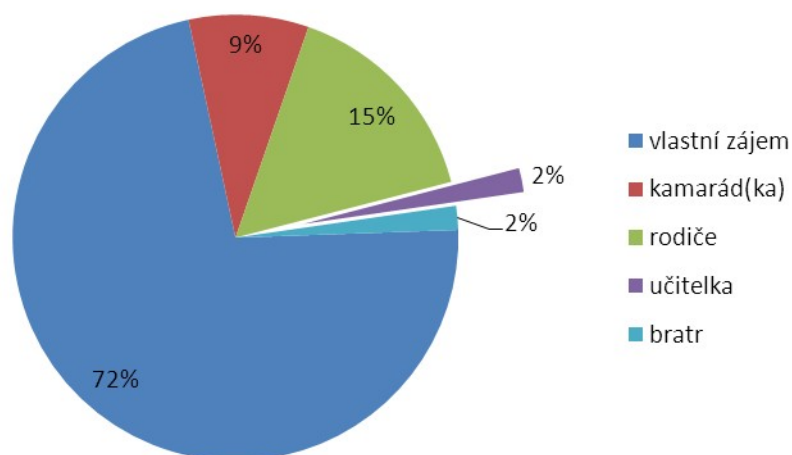
Otázka č. 2: Co tě vedlo k tomu, přihlásit se do tohoto kroužku?

Tab. č. 5 (vlastní konstrukce, 2015)

	ZŠ Jeseník				ZŠ Česká Ves				
	3.roč.		5.roč.		3.roč.		5.roč.		
	chlapci	dívky	chlapci	dívky	chlapci	dívky	chlapci	dívky	
vlastní zájem	8	16	5	15	6	9	11	13	83
kamarád(ka)	0	1	0	0	3	2	4	0	10
rodiče	3	0	1	1	2	3	3	5	18
učitelka	0	0	2	0	0	0	0	0	2
bratr	0	0	0	1	1	0	0	0	2

Motivace k tomu, trávit čas v zájmovém kroužku, je tématem druhé otázky mého dotazníku a zároveň ověřením jedné z hypotéz. Zde vidíme, že výrazně převažuje vlastní rozhodnutí žáků o tom, v jakém kroužku budou svůj volný čas trávit. Vliv kamarádů nebo rodičů při volbě kroužku potom mírně převažuje u žáků z venkovského prostředí. Výsledky této otázky potvrzují hypotézu H 2 – U výběru kroužků bude převládat vlastní zájem. Procentuální zastoupení jednotlivých odpovědí jsem znázornil v následujícím grafu. Graf č. 2 (vlastní konstrukce, 2015)

Co tě vedlo k tomu, přihlásit se do tohoto kroužku?



Otázka č. 3: Jak nejčastěji během týdne trávíš volný čas?

Žáci v této otázce vybírali z nastavených možností, které jsem volil podle předpokládaných zájmů žáků této věkové skupiny a s ohledem na současné trendy ve volnočasových aktivitách žáků. Zároveň tato otázka řeší hypotézu H 1 – Žáci budou trávit více času na PC a internetu než jinými volnočasovými činnostmi.

Tab. č. 6 (vlastní konstrukce, 2015)

	ZŠ Jeseník		ZŠ Česká Ves		celkem	
	chlapci	dívky	chlapci	dívky	chlapci	dívky
PC, internet	15	3	19	4	34	7
TV	11	8	14	8	25	16
hraní her	7	10	13	11	20	21
Čtení	3	10	2	8	5	18
s kamarády	19	25	17	22	36	47
návštěva kina	1	0	1	0	2	0
návštěva koncertů	3	1	0	5	3	6
s rodiči	4	20	7	17	11	37
Jinak	2	7	4	8	6	15

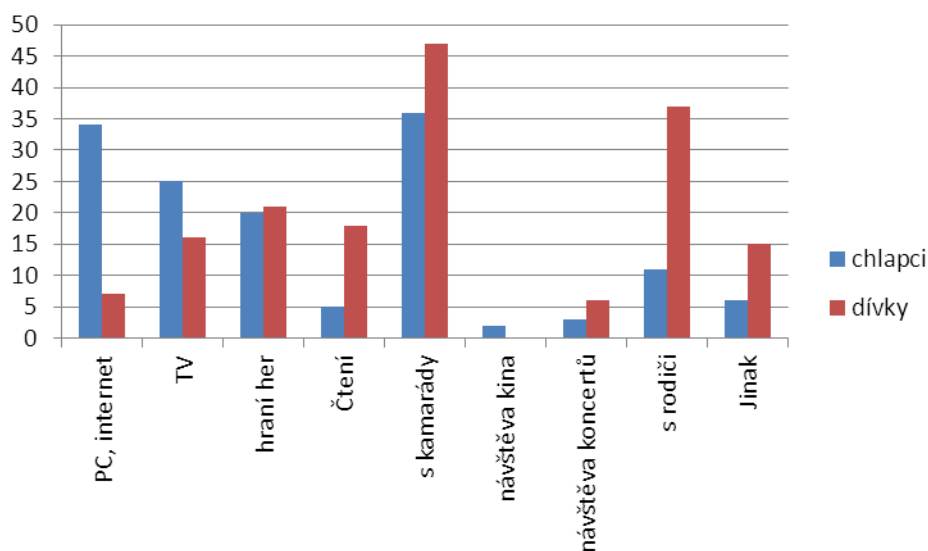
Tabulka ukazuje výraznou převahu trávení volného času „s kamarády“, na druhém místě je čas strávený „s rodiči“. V tomto věku žáků ještě lehce převažuje nad činnostmi u počítače, televize či počítačových her. Žáci z kategorie mladšího školního věku, jsou ještě, zdá se, ochotné trávit čas s rodiči (ze vzorku vyplývá, že jsou to především dívky), ale již i tato věková skupina vyhledává společnost kamarádů. Za zmínku stojí také výsledek, ukazující velký rozdíl mezi pohlavím v trávení času u počítače a internetu, kde chlapci několikanásobně převyšují počet dívek a na druhou stranu lze vnímat několikanásobně vyšší počet dívek, které tráví svůj volný čas i četbou.

Odpovědi uvedené v tabulce na posledním řádku a označené jako „jiné“ uváděli chlapci a dívky například: hra na hudební nástroj, hokej, fotbal, plavání, jízda na kole nebo bruslích, tanec, malování, rybaření,...tedy aktivity, související zpravidla s jejich zájmovými kroužky nebo pobytem venku, které jsem v nastavené nabídce možností neuvedl.

Vyhodnocením takto formulované otázky se nepotvrdila hypotéza H1, protože pouze skupina chlapců z 3. ročníku ZŠ Česká Ves vykázala největší počet aktivit u PC a internetu. Celkově však jiné činnosti převýšily čas trávený u PC a internetu, což znamená, že nebyla hypotéza potvrzena. Níže uvádím vyhodnocení otázky č. 5, kde jsem trávení volného času zúžil na prostředí domova, tedy, otázka zněla: „Jak trávíš volný čas doma?“ Při takto položené otázce vyšly výsledky tak, že hypotéza H1 je potvrzena ve skupině chlapců, nikoliv však mezi děvčaty.

Následující graf č. 3 (vlastní konstrukce, 2015) ukazuje rozdíly v odpovědích chlapců a dívek

Otázka č.3: Jak nejčastěji během týdne trávíš volný čas?



Otázka č. 4: Co bys ve volném čase dělal nejraději?

Otázka, v níž chlapci a dívky odpovídali dle vlastního uvážení, nám nabízí přehled toho, co by tito žáci dělali ve volném čase nejraději. Opět zde můžeme vidět nejvíce přání trávit čas s kamarády a rodiči. Graf č. 4 přináší srovnání dívek a chlapců.

Tab. č. 7 (vlastní konstrukce, 2015)

	ZŠ Jeseník				ZŠ Česká Ves					
	3.roč.		5.roč.		3.roč.		5.roč.		Celkem	
	chlape ci	dívky	chlape ci	dívky	chlape ci	dívky	chlape ci	dívky	chlape ci	dívky
Fotbal	0	1	1	0	1	0	2	0	4	1
Hokej	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0
PC,internet	4	0	2	0	4	3	1	3	11	6
hraní her	3	0	1	0	1	0	1	0	6	0
Čtení	1	2	1	1	0	0	0	0	2	3
s kamarády	4	4	1	4	1	4	10	5	16	17
hraní	1	2	0	1	0	4	0	3	1	10
Běh	0	2	0	0	0	0	0	0	0	2
Plavání	1	1	0	0	0	1	0	0	1	2
malování	0	2	0	1	0	0	0	0	0	3
Venku	0	0	3	0	0	0	0	0	3	0
Výlety	0	1	1	1	0	0	0	0	1	2
Kolo	0	1	1	0	0	0	0	0	1	1
jízda na koni	0	2	0	0	0	1	0	0	0	3
být doma	0	0	0	0	0	0	3	0	3	0
Tanec	0	0	0	2	0	0	0	2	0	4
sportování	0	0	0	2	0	0	0	0	0	2
s rodiči	2	1	1	4	0	1	1	4	4	10

Otázka č. 5: Jak trávíš volný čas doma?

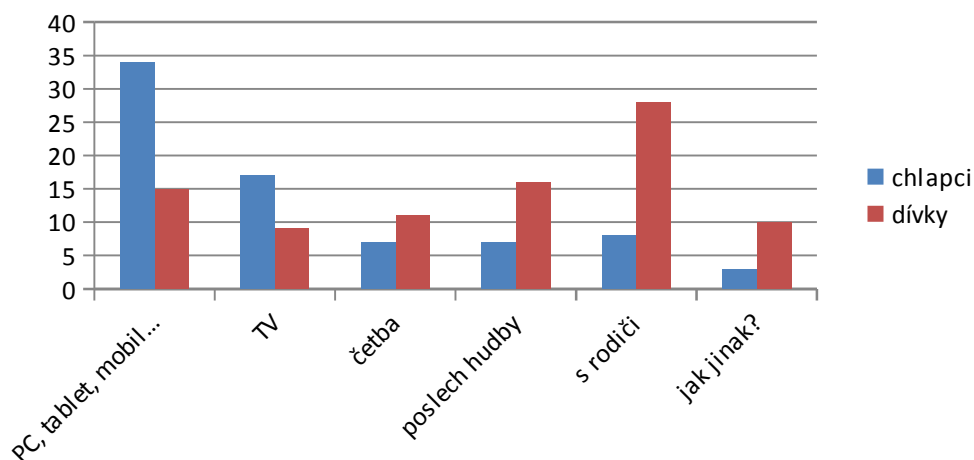
Žáci, účastníci se šetření, vybírali v páté otázce opět z nadefinovaných možností. Podobnost této otázky s otázkou č. 3 nás vede ke srovnání odpovědí. V otázce číslo 5 tak můžeme poukázat na podobnost v tom, že chlapci výrazně více touží trávit čas u počítače, tabletu nebo s mobilem, mají větší zájem sledovat televizi, dívky naproti tomu více sahají po knížce nebo také mnohem častěji uvádějí, že by rády trávily více volného času s rodiči. Tyto tendence vykazovaly také odpovědi na otázku č. 3. V řádku „jinak“ uváděli žáci např.: venku, hraní, kreslení, hraní her, úklid, tanec, rybaření.

Tab. č. 8 (vlastní konstrukce, 2015)

	ZŠ Jeseník				ZŠ Česká Ves					
	3.roč.		5.roč.		3.roč.		5.roč.		celkem	
	chlapi	dívky	chlapi	dívky	chlapi	dívky	chlapi	dívky	chlapi	dívky
PC, tablet, mobil	8	3	9	5	6	4	11	3	34	15
TV	4	4	3	2	3	1	7	2	17	9
četba	2	2	2	2	1	4	2	3	7	11
poslech hudby	1	3	2	5	1	4	3	4	7	16
s rodiči	2	10		4	2	9	4	5	8	28
jinak	2	1	1	2		1	0	6	3	10

Graf č. 4 (vlastní konstrukce, 2015) - Grafické znázornění odpovědí na otázku č. 5

Otázka č. 5: Jak trávíš volný čas doma?



Otázka č. 6: Kolik hodin průměrně trávíš denně u počítače, tabletu či mobilu?

Je všeobecně známé, že v dnešní době mají žáci tendence trávit příliš mnoho volného času u počítače, tabletu nebo s mobilem v ruce. I tato skutečnost byla zmíněna v teoretické části práce. Důsledkem toho je zhoršení fyzické zdatnosti a zdravotního stavu žáků školního věku, odborníci varují před narůstajícím číslem, zaznamenávajícím nadváhu

až obezitu u žáků školního věku. Otázku jsem zařadil, abych zjistil situaci ve skupině respondentů.

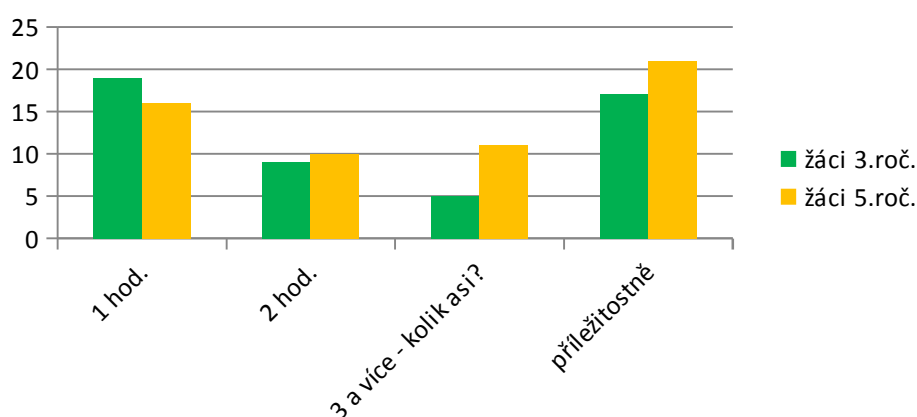
Tab. č. 9 (vlastní konstrukce, 2015)

	ZŠ Jeseník				ZŠ Česká Ves					
	3.roč.		5.roč.		3.roč.		5.roč.		Celkem	
	chlapci	dívky	chlapci	dívky	chlapci	dívky	chlapci	dívky	3.r.	5.r.
1 hod.	7	6	5	4	3	3	4	3	19	16
2 hod.	2	1	3	3	2	4	2	2	9	10
3 a více - kolik asi?			1x4 h. 1x 6 h.		1x 8h 1x celý den	1x 4h. 1x 5h.	3x 6 h. 2x 7 h. 2x 5 h.	2x 4h.	5	11
Příležitostně	2	8	3	10	3	4	2	6	17	21

Největší skupinu dotázaných tvoří při této otázce žáci, kteří se hlásí k „příležitostnému“ pobývání u počítače nebo jiné komunikační techniky, jen o něco méně žáků přiznává denní sezení u PC po dobu 1 hodiny. Pozastavit bychom se ale měli nad odpověďmi 11 žáků 5. ročníku a 5 žáků ze 3. ročníku, kteří uváděli dobu v rozmezí 4 – 8 hodin denně.

Graf č. 5 (vlastní konstrukce, 2015) – grafické znázornění vyhodnocení otázky č. 6

Otázka č. 6: Počet hodin strávených u PC, tabletu, mobilu.



Otázka č. 7: Jak bys nejraději trávil svoje ideální odpoledne?

Tato otázka je zaměřena na zjištění představ ideálně tráveného odpoledne, u sledované skupiny žáků. Ať přistoupíme k vyhodnocení z hlediska ročníku, pohlaví nebo

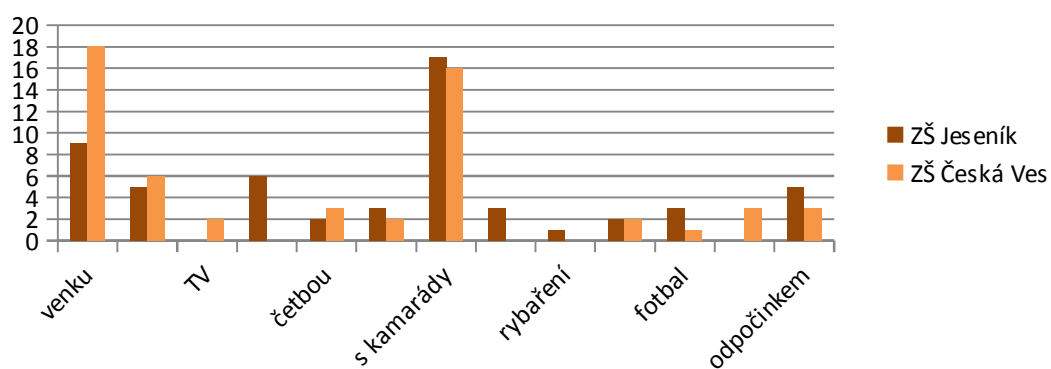
místa školy, vždy nad ostatní činnosti vystupují dvě přání žáků; pobyt venku a pobyt s kamarády. Pro srovnání uvádím níže dva grafy. Co se týče pobytu venku, je toto přání u žáků z venkovské školy dvakrát četnější v odpovědích, než u žáků z městské školy.

Tab. č. 10 (vlastní konstrukce, 2015)

	ZŠ Jeseník				ZŠ Česká Ves			
	3.roč.		5.roč.		3.roč.		5.roč.	
	chlapci	dívky	chlapci	dívky	chlapci	dívky	chlapci	dívky
Venku	3	2	2	2	2	4	5	7
PC	3	1	1	0	3	2	0	1
TV	0	0	0	0	1	1	0	0
sportování	0	3	0	3	0	0	0	0
Četbou	1	1	0	0	1	2	0	0
s rodiči	0	0	0	3	0	1	0	1
s kamarády	3	4	4	6	0	5	6	5
Výlety	0	3	0	0	0	0	0	0
rybaření	0	0	1	0	0	0	0	0
Tancem	0	0	0	2	0	1	0	1
Fotbal	0	1	2	0	0	0	1	0
Bazén	0	0	0	0	0	0	3	0
Odpočinkem	1	1	1	2	0	2	0	1

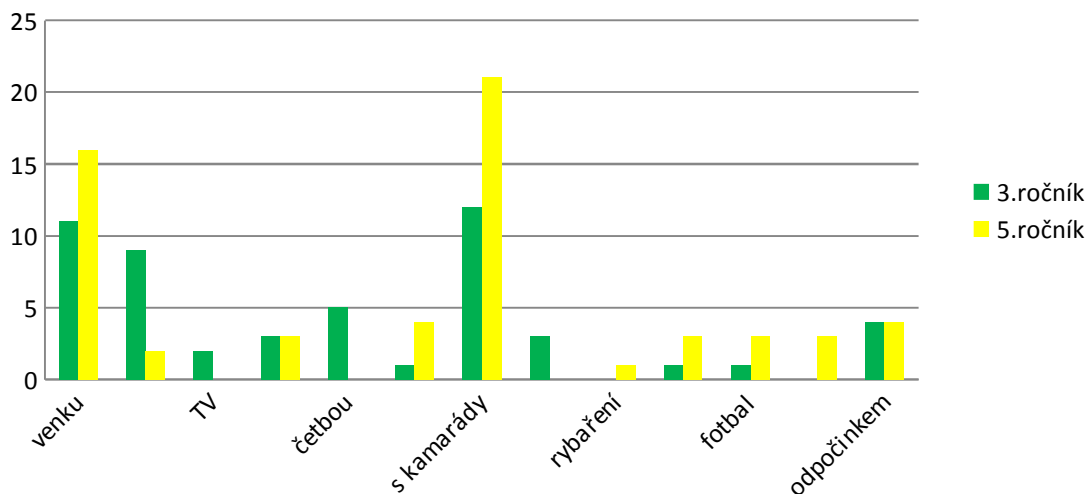
Graf č. 6 (vlastní konstrukce, 2015)

Otázka č.7- Srovnání podle místa



Graf č. 7 (vlastní konstrukce, 2015)

Otázka č.7 - Srovnání z hlediska ročníku



Vyhodnocení otázek bloku B

Otázkami zahrnutými do bloku B jsem se zaměřil na sportovní aktivity žáků vybrané skupiny.

Otázka č. 1: Sportuješ?

První otázka vymezila skupinu, která odpovídala na další otázky, neboť žáci, odpovídající na tuto otázku záporně byli vyzváni, aby již na další neodpovídali.

Z celkového vzorku, a to je patrné z níže uvedené tabulky, záporně odpovědělo celkem 7 žáků, z toho 3 dívky a 4 chlapci, a to převážně z 5. ročníku. Tito žáci se dalšího výzkumu neúčastnili.

Tab. č. 11 (vlastní konstrukce, 2015)

	ZŠ Jeseník				ZŠ Česká Ves			
	3.roč.		5.roč.		3.roč.		5.roč.	
	chlapci	dívky	chlapci	dívky	chlapci	dívky	chlapci	dívky
Ano	11	17	8	16	10	13	15	13
Ne	0	0	4	1	0	1	0	1

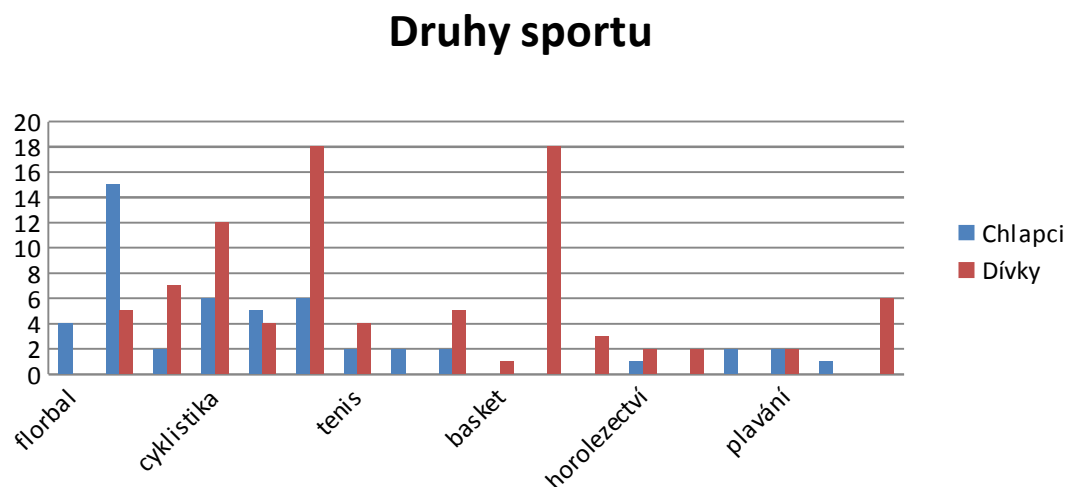
Otázka č. 2: Kterému sportu/kterým sportům se věnuješ?

Otevřená otázka, v níž sami žáci uváděli sportovní aktivity, kterými se zabývají. Tabulka uvádí všechny sporty, které respondenti napsali. Někteří označili více sportů. Graf, pod tabulkou jasně ukazuje, že u dívek je oblíbeným sportem běh, tanec a cyklistika, chlapci nepřekvapili největším zájmem o fotbal, čímž se potvrzuje hypotéza H 4 – Nejčastějším sportem chlapců je fotbal.

Tab. č. 12 (vlastní konstrukce, 2015)

	ZŠ Jeseník				ZŠ Česká Ves					
	3.roč.		5.roč.		3.roč.		5.roč.		celkem	
	chlape i	dívky	chlape i	dívky	chlape i	dívky	chlape i	dívky	chlape i	dívky
Florbal	3	0	0	0	0	0	1	0	4	0
Fotbal	1	4	3	0	6	1	5	0	15	5
Atletika	0	2	0	1	1	4	1	0	2	7
cyklistika	1	1	2	5	2	1	1	5	6	12
Lyže	1	3	1	1	3	0	0	0	5	4
Běh	2	4	1	3	2	4	1	7	6	18
Tenis	0	1	1	1	1	0	0	2	2	4
ping pong	1	0	0	0	0	0	1	0	2	0
gymnastika	0	2	0	2	2	1	0	0	2	5
Basket	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1
Tanec	0	3	0	8	0	3	0	4	0	18
mažoretky	0	1	0	0	0	2	0	0	0	3
Horolezectví	0	0	1	1	0	0	0	1	1	2
Volejbal	0	0	0	2	0	0	0	0	0	2
posilování	0	0	0	0	0	0	2	0	2	0
Plavání	0	0	1	0	0	1	1	1	2	2
bojové umění	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0
Bruslení	0	0	0	0	0	0	0	6	0	6

Graf č. 8 (vlastní konstrukce, 2015)



Otázka č. 3: Jak často týdně sportuješ?

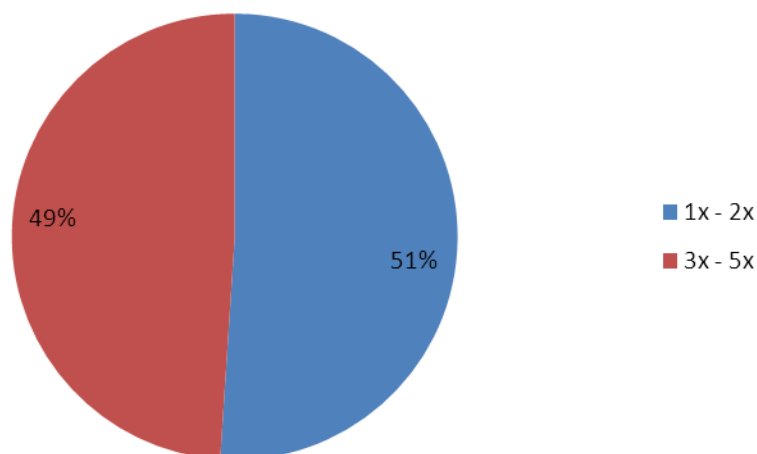
Tato otázka řeší hypotézu H 3 – „Většina žáků sportuje méně než 3x týdně“. Součtem uvedených sportovních aktivit rozdělených dle počtu na skupiny: 1x-2x a 3x-5x vychází nepatrná převaha skupiny žáků sportujících méně než 3x týdně, a tedy je potvrzena hypotéza H 3.

Tab. č. 13 (vlastní konstrukce, 2015)

	ZŠ Jeseník				ZŠ Česká Ves				
	3.roč.		5.roč.		3.roč.		5.roč.		
	chlapci	dívky	chlapci	dívky	chlapci	dívky	chlapci	dívky	
1x - 2x	1	3	1	0	1	3	2	2	49
	3	5	3	8	3	4	7	3	
3x - 5x	2	1	3	2	2	2	2	5	47
	3	0	1	1	4	1	2	1	
	1	5	0	4	0	3	0	2	

Graf č. 9 (vlastní konstrukce, 2015)

Jak často týdně sportuješ?



Otázka č. 4: Věnuješ se sportu ve svém volném čase?

V této otázce mě zajímalo, zda žáci ze sledované skupiny sportují systematicky, aktivně, zúčastňují se soutěží, závodů nebo turnajů, nebo sportují prostě jen pro zábavu, pro dobrý pocit, rekreačně.

Tab. č. 14 (vlastní konstrukce, 2015)

	ZŠ Jeseník				ZŠ Česká Ves					
	3.roč.		5.roč.		3.roč.		5.roč.		celkem	
	chlapci	dívky	chlapci	dívky	chlapci	dívky	chlapci	dívky	chlapci	dívky
aktivně	8	12	4	14	7	11	10	7	29	44
rekreačně	3	5	4	2	3	2	5	6	15	15

Výsledky opět naznačují vyšší sportovní aktivitu u dívek než u chlapců, u „rekreačních“ sportovců je poměr sil vyrovnaný.

Otázka č. 5: Chceš sportovat i nadále?

Mým záměrem při zadávání této otázky bylo, zjistit sportovní plány žáků do budoucna. Chtěl jsem je přimět zamyslet se nad tím, čeho by chtěli do budoucna v oblasti sportu dosáhnout, zda se mu hodlají věnovat dlouhodobě.

Tab. č. 15 (vlastní konstrukce, 2015)

	ZŠ Jeseník				ZŠ Česká Ves					
	3.roč.		5.roč.		3.roč.		5.roč.		celkem	
	chlapci	dívky	chlapci	dívky	chlapci	dívky	chlapci	dívky	chlapci	dívky
Ano	12	17	8	16	10	13	14	13	44	59
Ne	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0

Výsledky zcela jednoznačně potvrdily pozitivní vztah respondentů ke sportu a pohybovým aktivitám.

Otázka č. 6: Sportuje/sportoval někdo z rodiny?

Pozitivní příklad v rodině je nejlepší způsob, jak si vybudovat kladný vztah k jakékoliv činnosti. Předpokládal jsem, že žáci, kteří zařadili sport do svých pravidelných aktivit, mají vzor mezi svými nejbližšími, kteří často sportují s dětmi a ke sportu je vhodně motivují. Můj předpoklad se potvrdil, jak je patrné i z tab. č. 16.

Tab. č. 16 (vlastní konstrukce, 2015)

	ZŠ Jeseník				ZŠ Česká Ves					
	3.roč.		5.roč.		3.roč.		5.roč.		celkem	
	chlapci	dívky	chlapci	dívky	chlapci	dívky	chlapci	dívky	chlapci	dívky
Ano	12	15	6	12	10	12	15	13	43	52
Ne	0	2	2	4	0	1	0	0	2	7

Otázka č. 7: Kdo tě přivedl ke sportu, kterému se věnuješ?

Otázka navazuje na předchozí, kde žáci uváděli velký počet sportujících „příkladů“ v rodině, ale když se podíváme do tabulky č. 17, vidíme, že respondenti v největší míře

uvádějí svoji svobodnou volbu. Motivace od příslušníka rodiny či jiné osoby je až na druhém místě.

Tab. č. 17 (vlastní konstrukce, 2015)

	ZŠ Jeseník				ZŠ Česká Ves					
	3.roč.		5.roč.		3.roč.		5.roč.		celkem	
	chlapci	dívky	chlapci	dívky	chlapci	dívky	chlapci	dívky	chlapci	dívky
někdo z rodiny	4	5	2	2	3	2	6	10	15	19
kamarád/ka	2	0	1	1	1	1	3	0	7	2
škola (učitel, vychovatel)	0	0	0	0	0	2	0	0	0	2
Sám	6	11	5	13	6	8	6	6	23	38
někdo jiný - kdo?	0	2	0	0	0	0	0	0	0	2

Otázka č. 8: Jaká jsou ve vašem městě a blízkém okolí dostupná sportovní zařízení?

Tato otázka měla ukázat, jaké je povědomí respondentů o různých sportovištích a zařízení, která se nachází v okolí jejich bydliště, ve městě, v obci. Na otázku navazuje hned i následující, v níž jsem zjišťoval, do jaké míry tato sportoviště a zařízení žáci využívají.

Tab. č. 18 (vlastní konstrukce, 2015)

	ZŠ Jeseník				ZŠ Česká Ves			
	3.roč.		5.roč.		3.roč.		5.roč.	
	chlapci	dívky	chlapci	dívky	chlapci	dívky	chlapci	dívky
Tělocvična	12	11	6	11	9	10	13	13
atletický areál	2	3	0	4	5	8	9	7
fotbal. Hřiště	8	12	6	10	8	8	12	12
zimní stadion	1	0	0	0	0	0	1	3
lyžařské středisko	3	5	2	2	1	0	1	3
cyklistický oddíl	2	4	1	7	3	2	0	0
Posilovna	3	8	4	5	4	3	11	8
Bazén	0	0	0	0	1	1	1	1
tenis. Kurt	0	0	1	0	1	0	0	1
taneční škola	0	0	0	1	0	0	0	0
horolez. odd.	0	0	1	0	0	0	0	0
Hasiči	0	0	0	0	0	1	0	0

Otázka č. 9: Které z nich nejvíce využíváš?

Odpovědi jsem zaznamenal do níže uvedené tabulky. Zaujal mě např. údaj o využívání „taneční školy“. Jak vyplynulo z výsledků jedné z prvních otázek, poměrně výrazné procento dívek uvádělo jako oblíbenou zájmovou aktivitu některý z tanců – mažoretky, roztleskávačky, balet, tanec, atd. V tab.č. 19 je pro tanec uvedena taneční škola nebo sál pouze u tří respondentek. Toto lze vysvětlit snad tím, že dívky ve většině případů nepovažují taneční školu, nebo taneční sál za „sportoviště“ v pravém slova smyslu.

Tab. č. 19 (vlastní konstrukce, 2015)

	ZŠ Jeseník				ZŠ Česká Ves			
	3.roč.		5.roč.		3.roč.		5.roč.	
	chlapci	dívky	chlapci	dívky	chlapci	dívky	chlapci	dívky
Tělocvična	8	10	1	9	3	7	6	6
atletický areál	0	2	0	1	2	3	1	2
fotbal. Hřiště	3	4	2	1	6	2	7	2
zimní stadion	0	0	0	0	0	0	0	2
lyžařské středisko	2	4	0	0	1	0	0	2
cyklistický oddíl	4	1	1	0	0	2	0	0
Posilovna	1	1	1	2	0	1	1	2
Bazén	0	0	0	0	1	1	1	1
tenis. Kurt	0	0	1	0	1	0	0	1
Sál	0	0	0	1	0	0	0	0
taneční škola	0	0	0	2	0	0	0	0
horolez.odd.	0	0	1	0	0	0	0	0

5.4. Shrnutí výsledků hypotéz

H 1 – Žáci budou trávit více času na PC a internetu než jinými činnostmi.

Tato hypotéza se potvrdila jen částečně. Žáci odpovídali na dvě otázky: 1. Jak trávíš volný čas? 2. Jak trávíš volný čas doma? V případě první otázky měli volnější pole působnosti, větší výběr, a tak při možnosti označit maximálně tři způsoby trávení volného času volili i jiné. Když se měli vyjadřovat k volnému času doma a k jeho využití, již uváděli počítač a internet ve větším počtu, avšak spíše pouze chlapci. Dívky označily jiné záliby. Chlapci tak potvrdili „správnost“ hypotézy H 1.

H 2 – U výběru kroužků bude převládat vlastní zájem.

Tato hypotéza se potvrdila velmi jednoznačně. Žáci si většinou vybírají volnočasový kroužek dle svého vlastního zájmu.

H 3 – Většina žáků sportuje méně než 3x týdně.

Tato hypotéza se potvrdila, avšak nijak přesvědčivým výsledkem, a to v poměru 49 : 47.

H 4 – Nejčastějším sportem chlapců je fotbal.

I závěrečná hypotéza se potvrdila, tentokrát již vcelku jednoznačným výsledkem. Fotbal jako oblíbený sport označilo 15 chlapců, zatímco jiné sporty například 6 chlapců, ba dokonce i méně.

5.5. Diskuse výsledků výzkumu

Ve své bakalářské práci jsem si zvolil téma volného času a položil si otázku, jak ho tráví žáci mladšího školního věku. Prostřednictvím dotazníku mi žáci sdělili, jak tráví svůj volný čas, jaké zájmové kroužky navštěvují, vypověděli, kolik svého volného času věnují sportu a kolik ho tráví u počítače.

Na začátku výzkumu jsem si stanovil několik hypotéz a ty jsem v závěru vyhodnotil. Tři z nich se mi potvrdily, jedna jen částečně.

Ve výsledcích se například ukázalo, že není významný rozdíl mezi mnou zvolenými věkovými skupinami žáků, snad jen v tom, že mladší žáci jsou méně času u počítače, ukázalo se také, že u počítače tráví daleko více času chlapci než dívky. Potěšilo mě, že alespoň dívky se hlásí k četbě, zálibě, která se zdá být u dnešních žáků na ústupu.

Dále jsem ve výzkumu zjišťoval, jaké kroužky žáci vybrané skupiny navštěvují. Domníval jsem se, že nejvíce bude kroužků, zaměřených na sportovní aktivity. Výsledky ukázaly, že nejvíce bylo kroužků uměleckého zaměření, jako jsou hudební, výtvarné, taneční, dramatické.

Také mě zajímalo, zda se projeví rozdíl v zájmových aktivitách žáků z města a z vesnice. Domníval jsem se, že žáci z města budou mít větší výběr kroužků a budou je také více využívat. Ani tato domněnka se mi nepotvrdila, což může být dáno tím, že obec Česká Ves, ve které jsem dělal průzkum, je od města Jeseníku vzdálena jen 3 km, a tedy

dostupnost kroužků organizovaných ve městě je i pro děti z obce poměrně dobrá, a krátké dojíždění jim nebrání v tom, volit si kroužky ve městě. Pro žáky, z obce vzdálené podstatně více kilometrů od města, by už dojíždění mohlo být překážkou.

Ve druhé části dotazníku jsem se zaměřil na sportovní aktivity dětí, zajímalo mě, zda sportují v kroužcích a sportovních oddílech aktivně, zúčastňují se soutěží, a jak vidí své sportovní aktivity do budoucna. Potvrdilo se mi, že většina dětí sportuje aktivně a s tím souvisely také jejich sportovní plány, většina z nich chce pokračovat i v budoucnu. V současnosti upozorňují odborníci na skutečnost, že se zvyšuje výskyt obezity u dětí, což souvisí se špatnou životosprávou, pohodlností dětí, které stále více tráví čas u počítače a televize. Proto jsem byl rád, že žáci ze sledované skupiny nepotvrdili mé odhady, že tyto varovné statistiky se týkají také jich. Samozřejmě to předpokládá, že u svých sportovních aktivit vydrží a budou je naopak dále rozvíjet.

Při zpracování jejich odpovědí jsem objevoval další náměty k zamyšlení, zaujali mě například odpovědi žáků, kteří uváděli, že by nejraději trávili čas s kamarády a četná byla i přání, trávit čas s rodiči. Zde by bylo zajímavé, zeptat se jich, jakým způsobem by ten společný čas chtěli trávit, zda by s nimi rádi sportovali, nebo jakými jinými aktivitami by se rádi společně zabavili. Tento jev může být také důsledkem toho, že žáci mají většinou doma k dispozici počítače, (někteří přiznali i několikahodinovou činnost u elektrotechniky denně), a tak jim může chybět sociální kontakt, komunikace s rodiči, kamarády, společné zážitky. I tento jev by mohl být zajímavým námětem pro další výzkumné práce.

Závěr

Cílem bakalářské práce bylo identifikovat různé směry aktivit volného času, jež jsou primárně určeny žákům mladšího školního věku, tedy žákům navštěvujícím 3. a 5. ročník základních škol, se zaměřením na sport, a identifikovat rovněž zařízení pro výchovu žáků ve volném čase. Tento stanovený cíl se mi dle mého názoru podařilo naplnit. Samotné volnočasové aktivity a jejich zastoupení ve volném čase žáků 3. – 5. tříd základních škol jsem pak zmapoval ve výzkumné části práce pomocí výzkumné metody ve formě nestandardizovaného dotazníku. K výzkumnému šetření byla tedy použita kvantitativní výzkumná strategie.

Předkládaná práce si nekladla za cíl postihnout celou šíři problémových otázek volného času a zájmových volnočasových aktivit pro žáky, cílem práce bylo vysvětlit základní pojmy vztahující se k problematice volného času a identifikovat různé směry aktivit volného času, jež jsou primárně určeny žákům mladšího školního věku, a to především se zaměřením na sportovní aktivity, stejně jako zařízení pro výchovu žáků ve volném čase.

V první kapitole jsem postupně popsal na základě dostupné relevantní literatury základní pojmy, o nichž práce pojednává - volný čas, pedagogika volného času, výchova, dále funkce volného času a historické souvislosti při vývoji volného času. Druhá kapitola pojednává z hlediska volného času o vlivu rodiny na volnočasové aktivity žáků a životní styl celkově. Rodina je totiž jistě nejdůležitějším prostředím, kde žák získává potřebné zkušenosti k využití volného času a poznává možnosti jeho trávení. Ve třetí kapitole jsem se zaměřil na samotné činnosti žáků ve volném čase a na volnočasové aktivity, a to pak zejména sportovním aktivitám žáků prvního stupně. Celkově lze shrnout, že různé volnočasové aktivity vedou žáky k postupné realizaci osobnosti a k rozvoji mezilidských vztahů. Čím pestřejší jejich škála je, tím je dosaženo většího rozvoje každého žáka. Tento rozhled má význam i pro budoucí výběr jejich profese či pracovního uplatnění. V této kapitole popisují také pojmy sport, pohyb a pohybová aktivita žáků ve volném čase, vymezují pojem hra a hraní jako jednu ze základních lidských potřeb. V poslední kapitole teoretické části práce se zabývám institucemi pro výchovu ve volném čase, protože výchova ve volném čase probíhá kromě rodiny nejčastěji v rámci určité instituce, jako je např. školní družina či zájmový kroužek. Dále volný čas žáků naplňují také aktivity různých sdružení.

Práce se pokouší aplikovat teoretické poznatky v oblasti volného času a volnočasových aktivit žáků zejména z oblasti pedagogiky volného času do výzkumné části práce, kdy formou dotazníkového šetření, realizovaného na základních školách v okrese Jeseník, které jsem zvolil vzhledem místu trvalého bydliště, dochází k průzkumu trávení volného času žáků ve třetích a pátých třídách základních škol.

Seznam použité literatury

Prameny:

BALKOVÁ, Krista. *Náměty pro školní družinu*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2006. 160 s. ISBN 80-7367-064-X.

CÍLKOVÁ, Eva a Irena HŘEBÍKOVÁ. *Děti hrají divadlo*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2005. 152 s. ISBN 80-7367-044-5.

ČÁBALOVÁ, Dagmar. *Pedagogika*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2011, 272 s. Pedagogika (Grada). ISBN 978-80-247-2993-0.

ČÁP, Jan. *Psychologie pro učitele*. Vyd. 2. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1983, 384 s.

ČELEDOVÁ, Libuše a Rostislav ČEVELA. *Výchova ke zdraví: vybrané kapitoly*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2010, 126 s. ISBN 978-80-247-3213-8.

FRANC, Martin a Jiří KNAPÍK. *Volný čas v českých zemích 1957-1967*. Vyd. 1. Praha: Academia, 2013, 573 s. Šťastné zítřky (Academia). ISBN 978-80-200-2229-5.

HERMOCHOVÁ, Soňa a Jana VAŇKOVÁ. *Hry pro rozvoj skupinové spolupráce*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2014, 184 s. ISBN 978-80-262-0727-6.

HENDL, Jan. *Kvalitativní výzkum: základní teorie, metody a aplikace*. Praha: Portál, 2005. 408 s. ISBN 80-7367-040-2.

HODAŇ, Bohuslav. *Tělesná kultura - sociokulturní fenomén: východiska a vztahy*. Olomouc: Univerzita Palackého, 1998.

HODAŇ, Bohuslav a Tomáš DOHNAL. *Rekreologie*. Vyd. 2., upr. a rozš. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2008, 281 s. ISBN 978-80-244-2197-1.

HOFBAUER, Břetislav. *Děti, mládež a volný čas*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2004, 176 s. ISBN 80-7178-927-5.

HOFBAUER, Břetislav. *Kapitoly z pedagogiky volného času: soubor pojednání o volném čase a jeho výchovném zhodnocování*. Vyd. 1. České Budějovice: Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích, Teologická fakulta, 2010, 164 s. ISBN 978-80-7394-240-3.

KOHOUTEK, Rudolf, et al. *Základy pedagogické psychologie*. Brno: Akademické nakladatelství CERM, 1996, 184 s. ISBN 80-85867-94-X.

KRÁTKÝ, František. *Dějiny tělesné výchovy I*. Vyd. 1. Praha: Olympia, 1974, 258 s.

MIRVALD, Stanislav. *Geografie cestovního ruchu*. Vyd. 3. upr. Plzeň: Západočeská univerzita, 1996, 128 s. ISBN 80-7082-288-0.

NEUMAN, Jan. *Dobrodružné hry a cvičení v přírodě: [od 9 do 99 let]*. Vyd. 1. Ilustrace Petr Ďoubalík. Praha: Portál, 1998, 328 s. ISBN 80-7178-218-1.

NĚMEC, Jiří, et al. *Kapitoly ze sociální pedagogiky a pedagogiky volného času pro doplňující pedagogické studium*. Vyd. 1. Brno: Paido, 2002. 122 s. ISBN 80-7315-012-3.

PÁVKOVÁ, Jiřina. *Průvodce studiem oboru Pedagogika volného času*. Vyd. 1. Liberec: Technická univerzita v Liberci, 2003. 29 s. ISBN 80-7083-757-8.

PÁVKOVÁ, Jiřina, et al. *Pedagogika volného času: [teorie, praxe a perspektivy výchovy mimo vyučování a zařízení volného času]*. Vyd. 4. Praha: Portál, 2008, 224 s. ISBN 978-80-7367-423-6.

PÁVKOVÁ, Jiřina. *Pedagogika volného času*. Praha: Univerzita Karlova, Pedagogická fakulta, 2014, 145 s. ISBN 978-80-7290-666-6.

PRŮCHA, Jan. *Moderní pedagogika*. Vyd. 3., přeprac. a aktualiz. Praha: Portál, 2005, 481 s. ISBN 80-7367-047-X.

RŮŽIČKA, Ivan a Kamila RŮŽIČKOVÁ a Pavel ŠMÍD. *Netradiční sportovní hry*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2013, 160 s. ISBN 978-80-262-0337-7.

SAK, Petr. *Proměny české mládeže*. Vyd. 1. Praha: Petrklíč, 2000, 291 s. ISBN 80-7229-042-8.

SEKOT, Aleš. *Sociologie v kostce*. Vyd. 1. Brno: Paido, 2002, 142 s. ISBN 80-7315-021-2.

SEKOT, Aleš. *Sport a společnost*. Vyd. 8. s obr. příl. Brno: Paido, 2003, 191 s. ISBN 80-7315-047-6.

SLEPIČKA, Pavel, Václav HOŠEK a Běla HÁTLOVÁ. *Psychologie sportu*. Vyd. 1. Praha: Karolinum, 2006, 230 s. ISBN 80-246-1290-9.

SLEPIČKOVÁ, Irena. *Sport a volný čas: vybrané kapitoly*. Vyd. 2. Praha: Karolinum, 2005. ISBN 978-80-2461-039-9

SPOUSTA, Vladimír, et al. *Teoretické základy výchovy ve volném čase: (Úvod do studia pedagogiky volného času)*. Vyd. 1. Brno: Masarykova univerzita, 1994, 183 s. ISBN 80-210-1007-x.

VÁŽANSKÝ, Mojmír a Vladimír SMÉKAL. *Základy pedagogiky volného času*. Vyd. 1. Brno: Paido, 1995, 176 s. ISBN 80-901737-9-9.

VÁŽANSKÝ, Mojmír. *Základy pedagogiky volného času*. Vyd. 2. upr. a dopl. Brno: Print-Typia, 2001, 175 s. ISBN 80-86384-00-4.

ZIMMEROVÁ, Renate, et al. *Netradiční sportovní činnosti*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2001, 256 s. ISBN 80-7178-460-5.

Slovníky a encyklopedie:

MAŘÍKOVÁ, Hana, PETRUSEK, Miloslav, VODÁKOVÁ, Alena, et al. *Velký sociologický slovník*. Praha: Karolinum, 1996. 747 s. ISBN 80-7184-164-1.

Pedagogická encyklopedie. Vyd. 1. Editor Jan Průcha. Praha: Portál, 2009, 935 s. ISBN 978-80-7367-546-2.

PRŮCHA, Jan, Eliška WALTEROVÁ a Jiří MAREŠ. *Pedagogický slovník*. Vyd. 6., aktualiz. a rozš. Praha: Portál, 2009, 395 s. ISBN 978-80-7367-647-6.

ZAPLETAL, Miloš. *Velká encyklopedie her: Hry v přírodě*. I. svazek. Praha: Olympia, 1985, 629 s.

ZAPLETAL, Miloš. *Velká encyklopedie her: Hry v klubovně*. II. svazek. Praha: Olympia, 1986, 567 s.

ZAPLETAL, Miloš. *Velká encyklopedie her: Hry na hřišti a v tělocvičně*. III. svazek. Praha: Olympia, 1987, 503 s.

ZAPLETAL, Miloš. *Velká encyklopedie her: Hry ve městě a na vsi*. IV. svazek. Praha: Olympia, 1988, 567s.

Elektronické zdroje:

MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ, MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY. *Volný čas a prevence u dětí a mládeže*. [online]. Praha, 2002 [cit. 2015-05-20]. Dostupné z: www.msmt.cz/uploads/soubory/prevence/olnycas.pdf

Příloha č.1

DOTAZNÍK

Dotazník ke zjištění volného času, zájmů a sportovních aktivit žáků 1.stupně ZŠ (3. a 5. ročník)

Tento dotazník je anonymní.

Jmenuji se Petros Karatidis, jsem studentem Husitské teologické fakulty UK.

Obracím se na vás se žádostí o vyplnění tohoto dotazníku k mé bakalářské práci.

Dotazník je zaměřen na využívání vašeho volného času, vašich zájmů a sportovních aktivit.

Svoji volbu vyznačte v příslušném okýnku křížkem (X)

Pohlaví: a) ☐ žákyně
b) ☐ žák

Blok A – Všeobecné

1. Navštěvuješ nějaký kroužek?

☐ Ano
- do kterého?

- jak často v týdnu?

- do kterého zařízení? (škola, DDM, ZUŠ, jiné-které)

☐ Ne – *v tom případě neodpovídej na otázku č. 2*
☐ Chtěl bych, ale nechodím – proč?

2. Co tě vedlo k tomu, přihlásit se do tohoto kroužku?

☐ Vlastní zájem
☐ Přivedl mě kamarád(ka)
☐ Přání rodičů
☐ Jiný důvod (jaký)

3. Jak nejčastěji během týdne trávíš volný čas? (můžeš vybrat 3 možnosti)

☐ PC, internet
☐ TV
☐ Hraním her
☐ Čtením

- ☐ S kamarády
 - ☐ Návštěvou kina
 - ☐ Návštěvou koncertů
 - ☐ S rodiči
 - ☐ Jak jinak?
-
-

4. Co bys ve svém volném čase dělal nejraději?

-

5. Jak trávíš volný čas doma?

- ☐ PC, tablet, mobil...
 - ☐ TV
 - ☐ Četba
 - ☐ Poslech hudby
 - ☐ S rodiči
 - ☐ Jak jinak
-
-

6. Kolik hodin průměrně trávíš denně u počítače, tabletu, s mobilem...?

- ☐ 1 hodina
 - ☐ 2 hodiny
 - ☐ 3 a více hodin – kolik asi
-

- ☐ Příležitostně

7. Jak bys nejraději trávil odpoledne?

-

-

Blok B – SPORTOVNÍ

1. Sportuješ?

- ☐ Ano
- ☐ Ne – v tom případě neodpovídej na další otázky!

2. Kterému sportu/kterým sportům se věnuješ? _____

—

3. Jak často týdně sportuješ?

- ☐ 1x
- ☐ 2x
- ☐ Častěji – kolikrát? (vypiš)

4. Věnuješ se sportu ve svém volném čase?

- ☐ Aktivně
- ☐ Pouze rekreačně

5. Chceš sportovat i nadále?

- ☐ Ano
- ☐ Ne

6. Sportuje/sportoval někdo z rodiny?

- ☐ Ano
- ☐ Ne

7. Kdo tě přivedl ke sportu, kterému se věnuješ?

- ☐ Někdo z rodiny
- ☐ Kamarád/kamarádka
- ☐ Škola (učitel, vychovatel...)
- ☐ Sám
- ☐ Někdo jiný – kdo?

8. Jaká jsou ve vašem městě a blízkém okolí dostupná sportovní zařízení? (můžeš vybrat více možností)

- ☐ Tělocvična
- ☐ Atletický areál
- ☐ Fotbalové hřiště
- ☐ Zimní stadion
- ☐ Lyžařské středisko
- ☐ Cyklistický oddíl
- ☐ Posilovna
- ☐ Jiné zařízení – které?

9. Které z nich nejvíce využíváš?

- ☐ Tělocvičnu

- ☐ Atletický areál
 - ☐ Fotbalové hřiště
 - ☐ Zimní stadion
 - ☐ Lyžařské středisko
 - ☐ Cyklistický oddíl
 - ☐ Posilovnu
 - ☐ Jiné zařízení – které?
-

Děkuji za spolupráci

Petros Karaditis

Summary

The aim of the thesis was to explain the main terms related to the issue of leisure time and to identify the various types of leisure time activities which are meant for young pupils, mainly focused on sports activities, and institutions for children's education.

The theoretical part defines main terms concerning leisure time, historical consequences regarding the leisure time development and leisure time activities as such, more specifically the sports activities.

The practical part represents the survey mapping the leisure time and interests of pupils at first grade at elementary schools specialized in sports.

To sum up, we can say that the leisure time activities lead to the forming of personality and to the developing of interpersonal relationships.

The given hypotheses were partly proved by the survey results, so we can claim that the need of spending leisure time with electronics and internet increases with the growing age of pupils, especially among the boys. However, I consider it important to mention that the personality of each student should be treated individually.